

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

MAHARSHI, RAMANA

Fii ceea ce ești / Ramana Maharshi; vol. ed. de David Godman;  
trad. din lb. engleză de Marian Stan. – Ed. a II-a – București:  
Herald, 2023

ISBN 978-630-6550-49-4

I. Godman, David (ed.)

II. Stan, Marian (trad.)

29

Ramana Maharshi

# Fii ceea ce ești

Volum editat de  
DAVID GODMAN

Traducere din limba engleză de  
MARIAN STAN

*Be As You Are. The teachings of Sri Ramana Maharshi.*

Original English language edition first published by  
Penguin Books Ltd, London in 1985.

Text copyright © Sri Ramanasramam 1985

The author has asserted her moral rights. All rights reserved.

EDITURA  HERALD  
București

---

**Cuprins**

---

## PRIMA PARTE

Sinele	15
1. Natura Sinelui	17
2. Conștientizarea Sinelui și ignorarea Sinelui	33
3. Cel care a realizat Sinele ( <i>jñani</i> )	57

## PARTEA A DOUA

Interogare și abandon	73
4. Teoria investigării de sine	75
5. Practica investigării de sine	91
6. Concepții greșite despre investigarea de sine	113
7. Abandonul	131

## PARTEA A TREIA

Maestrul Spiritual	149
8. Maestrul spiritual	151
9. Tăcerea și <i>sat-sanga</i>	169

## PARTEA A PATRA

Meditația și yoga	183
10. Meditația și concentrarea	185
11. Mantrale și <i>japa</i>	201
12. Viața în lume	215
13. Yoga	231

## PARTEA A CINCEA

Experiența 249

14. *Samadhi* 251

15. Viziunile și puterile supranaturale 265

16. Probleme și experiențe 277

## PARTEA A ȘASEA

Teoria 293

17. Teoriile referitoare la creație și la realitatea lumii 295

18. Reincarnarea 313

19. Natura lui Dumnezeu 325

20. Suferința și moralitatea 339

21. Karma, destinul și liberul-arbitru 353

Glosar 365

Bibliografie 375

## CAPITOLUL 1

**Natura Sinelui**

Esența învățăturilor lui Sri Ramana este transmisă în frecvențele sale afirmații potrivit cărora există o singură realitate immanentă, resimțită nemijlocit de fiecare, o realitate care este în același timp sursa, substanța și adevărata natură a tot ce există. El îi dă câteva nume diferite, fiecare dintre ele indicând un aspect diferit al aceleiași realități indivizibile. Următoarea clasificare include toate sinonimele frecvent folosite de Ramana și explică implicațiile diferiților termeni utilizați.

- 1 *Sinele*. Acesta este termenul cel mai frecvent folosit. Ramana l-a definit spunând că, în ciuda experienței senzoriale, Sinele sau „Eul” real nu este o experiență a individualității, ci o conștiință impersonală și atotcuprinzătoare. El nu trebuie confundat cu sinele individual despre care Ramana spunea că este, de fapt, inexistent, fiind o construcție a minții care umbrește adevărata experiență a Sinelui Real. El susținea că Sinele real este întotdeauna prezent, fiind întotdeauna accesibil experienței noastre, dar nu uita să adauge că omul e conștient de Sine așa cum este el cu adevărat doar când tendințele autolimitante ale minții au încetat. Conștientizarea permanentă și continuă a Sinelui este cunoscută ca realizare a Sinelui.

- 2 *Sat-cit-ananda*. Acest termen sanscrit se traduce ca ființă-conștiință-beatitudine. Sri Ramana afirma că Sinele este ființă pură, o conștientizare subiectivă a lui „Eu sunt” care este complet lipsită de impresia că „eu sunt asta” sau „eu sunt aia”. În Sine nu există subiecte sau obiecte, Sinele este doar o conștiință a ființei. Deoarece această percepție este conștientă, ea este cunoscută, de asemenea, drept conștiință. Experiența nemijlocită a acestei conștiințe este, potrivit lui Sri Ramana, o stare continuă de fericire, astfel că și termenul *ananda* sau beatitudine este folosit pentru a o descrie. Aceste trei aspecte – ființă, conștiință și beatitudine – sunt experimentate ca un tot unitar, și nu ca niște atribute separate ale Sinelui. Ele sunt inseparabile, așa cum umiditatea, transparența și fluiditatea sunt proprietăți inseparabile ale apei.
- 3 *Dumnezeu*. Sri Ramana susținea că universul este perpetuat prin puterea Sinelui. Cum, de regulă, teiștii atribuie această putere lui Dumnezeu, el folosea deseori cuvântul Dumnezeu ca sinonim pentru Sine. Tot astfel, Ramana folosea, de asemenea, cuvintele *Brahmān*, ființa supremă din religia hindusă, și Shiva, un nume hindus al lui Dumnezeu. Dumnezeul lui Sri Ramana nu este un Dumnezeu personal, ci este o ființă lipsită de formă care perpetuează universul. El nu este creatorul universului, universul fiind doar o manifestare a puterii sale inerente; el este inseparabil de univers, dar nu este afectat de apariția sau dispariția lui.
- 4 *Inima*. Sri Ramana folosea deseori cuvântul sanscrit *hridayam* când vorbea despre Sine. De obicei, el este

- tradus prin „Inimă”, dar o traducere mai precisă ar fi „acesta este centrul”. Folosind acest termen specific, el nu sugera că exista vreun loc anume sau vreun centru pentru Sine, el nu spunea decât că Sinele este sursa din care se manifestă toate aparențele.
- 5 *Jnana*. Experiența Sinelui este numită uneori *jnana* sau cunoaștere. Acest termen nu trebuie interpretat în sensul că există o persoană care posedă cunoașterea Sinelui, deoarece în starea de conștientizare a Sinelui nu există vreun cunoscător localizat cu precizie și nu există nimic care este separat de Sine, ce poate fi cunoscut. Adevărata cunoaștere, sau *jnana*, nu este un obiect al cunoașterii sau o înțelegere a unei stări care este diferită sau separată de subiectul cunoscător; ea este o percepție nemijlocită și avizată a unicei realități în care nu mai există subiecte și obiecte. Cineva care este ferm ancorat în această stare este cunoscut drept un *jnani*.
- 6 *Turiya și turiyatita*. Conform filosofiei hinduse, există trei niveluri relative de conștiință, niveluri ce alternează între ele: starea de veghe, somnul cu vise și somnul profund (fără vise). Sri Ramana a afirmat că Sinele este realitatea subiacentă pe care se bazează aparența celorlalte stări temporare. Din această cauză, el se referă la Sine numindu-l uneori *turiya avashta* sau cea de-a patra stare. De asemenea, folosește câteodată cuvântul *turiyatita*, care înseamnă „dincolo de a patra”, pentru a sugera că, de fapt, nu există patru stări, ci doar o singură stare transcendentă.

7 Alți termeni. E cazul să menționăm trei alți termeni care indică Sinele. Sri Ramana insistă deseori că Sinele este starea ontologică reală și naturală a omului și, din acest motiv, folosea uneori termenii *sahaja sthiti*, care înseamnă stare naturală, și *swarupa*, care înseamnă formă sau natură reală. El folosea, de asemenea, cuvântul „tăcere” pentru a sugera că Sinele este o stare tăcută și lipsită de gânduri, o stare de pace netulburată și liniște absolută.

Î: *Ce este realitatea?*

R: Realitatea trebuie să fie întotdeauna reală. Ea nu are forme și nume. Ceea ce stă la baza tuturor acestora este realitatea. Ea este subiacentă limitărilor, ea însăși fiind nelimitată. Ea nu are hotar. Ea se află la baza irealităților, dar ea însăși este reală. Realitatea este ceea ce este. Ea este așa cum este. Ea este dincolo de cuvinte. Ea este dincolo de expresii precum „existență, non-existență” etc.<sup>1</sup>

Realitatea care este simpla conștiință ce rămâne când ignoranța este nimicită împreună cu cunoașterea obiectelor, doar ea este Sinele [*atma*]. În acea *Brahma-swarupa* [formă reală a lui *Brahman*], care este o conștientizare intensă a Sinelui, nu mai există nici urmă de ignoranță.

Realitatea care strălucește plenar, fără suferință și fără vreun corp, nu doar când lumea este cunoscută, ci și când lumea nu este cunoscută, este forma ta reală [*nija-swarupa*].

Strălucirea acestei conștiințe extatice, sub forma unei percepții ce radiază în egală măsură în interior și în exterior, este

<sup>1</sup> M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 123.

realitatea ultimă, realitatea beatitudinii primordiale. Forma ei este tăcerea, iar cei care au realizat Sinele spun că ea este starea finală a cunoașterii adevărate [*jnana*], o stare căreia nimic nu-i poate sta în cale.

Să știi că numai *jnana* este nonatașament; numai *jnana* este puritate; *jnana* este realizarea lui Dumnezeu; doar *jnana* care este lipsită de uitarea Sinelui este nemurirea; doar *jnana* este totul<sup>1</sup>.

Î: *Ce este această stare de conștiință și cum o putem dobândi și cultiva?*

R: Tu ești conștiință. Conștiința nu este decât un alt nume pentru tine. Deoarece ești conștiință, nu este nevoie să o dobândești ori să o cultivi. Tot ceea ce trebuie să faci este să nu-ți mai îndrepti atenția spre alte lucruri, adică spre non-Sine. Dacă nu mai ești atent la ele, atunci rămâne doar percepția pură, iar ea este Sinele<sup>2</sup>.

Î: *Dacă Sinele este el însuși conștient, de ce nu sunt conștient de el chiar acum?*

R: Nu există dualitate. Cunoașterea ta din prezent este cauzată de eu și este doar o cunoaștere relativă. Cunoașterea relativă are nevoie de un subiect și de un obiect, în vreme ce percepția Sinelui este absolută și nu are nevoie de obiect.

Memoria este și ea relativă, având nevoie de un obiect care să fie amintit și de un subiect care să-și amintească. Când nu există dualitate, cine își amintește de cine?<sup>3</sup>

Sinele este mereu prezent. Fiecare vrea să cunoască Sinele. De ce fel de ajutor are nevoie cineva pentru a se cunoaște

<sup>1</sup> Muruganar, *Guru, Vachaka Kovai*, vv. 1036, 1034, 901, 438.

<sup>2</sup> D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 243.

<sup>3</sup> M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 243.

pe sine? Oamenii vor să vadă Sinele ca pe ceva nou. Dar el este veșnic și rămâne același tot timpul. Ei vor să-l vadă ca pe o lumină fulgerătoare etc. Cum ar putea el să fie așa? El nu este lumină și nu este întuneric. El este doar așa cum este și nu poate fi definit. Cea mai bună definiție este „Eu sunt Cel ce sunt”. Scripturile [*sruti*] vorbesc despre Sine, afirmând că este cât degetul mare de la mână, cât vârful unui fir de păr, ca o descărcare electrică, uriaș, mai subțire decât subțirimea însăși etc. Toate acestea nu au acoperire în realitate. El este doar ființă, dar diferită de realitatea ce poate fi opusă irealității; el este cunoaștere, dar diferită de cunoașterea care este antonimul ignoranței. Cum ar putea fi el definit? Este pur și simplu ființă<sup>1</sup>.

Î: *Ce va vedea un om când realizează Sinele?*

R: Nu este nimic de văzut. A vedea înseamnă doar a fi. Starea de realizare a Sinelui, așa cum îi spunem, nu înseamnă dobândirea a ceva nou sau atingerea vreunui scop îndepărtat, înseamnă doar să fii ceea ce ești și ai fost întotdeauna. Nu este nevoie decât să renunți la modul în care iei neadevărul drept adevăr. Noi toți considerăm real ceea ce nu este real. Nu trebuie decât să renunțăm la acest exercițiu. Atunci vom realiza Sinele ca Sine; cu alte cuvinte, vom „fi Sinele”. La un moment dat, vei râde de încercările tale de a descoperi Sinele, care este atât de vădit. Prin urmare, ce-am mai putea răspunde la această întrebare?

Acel nivel depășește distincția dintre văzător și văzut. Nu există vreun văzător care să vadă ceva. Văzătorul care vede toate acestea încetează să mai existe și nu rămâne decât Sinele<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> *Ibid.*, pp. 110-11.

<sup>2</sup> D. Mudaliar, *op cit.*, p. 296.

Î: *Cum se poate cunoaște acest lucru printr-o experiență nemijlocită?*

R: Dacă vorbim despre cunoașterea Sinelui, trebuie să existe două entități numite „sine”, un sine cunoscător și un sine care este cunoscut, precum și procesul cunoașterii. Starea pe care o numim realizare înseamnă să fii pur și simplu ceea ce ești, nu să cunoști ceva ori să devii ceva. Dacă cineva a realizat Sinele, el este unica realitate care este și a fost întotdeauna. Această stare nu poate fi descrisă, ci doar trăită. Desigur, vorbim vag despre realizarea Sinelui, în lipsa altui termen mai bun. Cum să „real-izezi” sau să faci reală ceea ce este unica realitate?

Î: *Spuneți uneori că Sinele este tăcere. De ce?*

R: Pentru cei care trăiesc în Sine ca în frumusețea lipsită de gând, nu există nimic la care ar trebui să se gândească. Singurul lucru care trebuie să conteze este numai experiența tăcerii, deoarece, în această stare absolută, nu te poți realiza decât pe tine însuși<sup>1</sup>.

Î: *Ce este mauna [tăcerea]?*

R: Acea stare care transcende vorbirea și gândirea este *mauna*<sup>2</sup>. *Mauna* este ceea ce este. Cum poate fi *mauna* explicată în cuvinte?<sup>3</sup>

Înțelepții spun că Sinele [*swarupa*] este starea în care nu apare deloc gândul „eu”, iar ea este tăcerea [*mauna*]. Doar Sinele tăcut este Dumnezeu; Sinele este sufletul individual [*jiva*]. Această lume străveche nu este decât Sinele.

<sup>1</sup> Muruganar, *op. cit.*, v. 1161.

<sup>2</sup> T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 15.

<sup>3</sup> S. Natagamma, *Letters from Sri Ramanaasramam* p. 81.

Toate celelalte cunoașteri sunt neînsemnate și banale: Doar experiența tăcerii este cunoașterea adevărată și desăvârșită. Să știi că multitudinea diferențelor obiective nu sunt reale, fiind doar suprapuneri ce se întemeiază pe Sine, care este forma cunoașterii adevărate<sup>1</sup>.

Î: *De vreme ce nenumăratele trupuri, fiecare animat de câte un sine, sunt văzute, practic, pretutindeni, cum se poate spune că este un singur Sine?*

R: Dacă ideea „eu sunt trupul” este acceptată, există mai mulți sine. Starea în care dispare această idee este Sinele, deoarece în această stare nu există alte obiecte. Iată de ce Sinele este considerat ca fiind unic<sup>2</sup>.

Cum trupul însuși nu există din perspectiva adevăratului Sine, ci doar din perspectiva extrovertită a minții care este amăgită de puterea iluziei, este greșit să numim Sine câmpul de conștiință al unui *dehi* [posesor al trupului].

Lumea nu există fără trup, trupul nu poate exista fără minte, mintea nu poate exista fără conștiință, iar conștiința nu poate exista fără realitate.

Pentru înțeleptul care, plonjând înăuntrul său, a cunoscut Sinele, nu există nimic altceva de cunoscut în afara Sinelui. De ce? Deoarece, dispărând eul care identifică forma unui anumit trup cu personalitatea, înțeleptul este existența-conștiință lipsită de formă<sup>3</sup>.

Cel care a realizat Sinele [*jnani*] știe că el este Sinele și că nimic, nici trupul lui, nici altceva, nu există în afara Sinelui.

<sup>1</sup> Muruganar, *op. cit.*, vv. 1056, 422.

<sup>2</sup> S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 20.

<sup>3</sup> Muruganar, *op. cit.*, vv. 97, 99, 343.

Ce importanță ar putea să aibă pentru un asemenea om prezența sau absența unui corp?

Este greșit să vorbim despre realizare. Ce se poate realiza? Realul este așa cum este dintotdeauna. Noi nu creăm nimic nou, nu dobândim ceva ce nu aveam înainte. În cărți se oferă următorul exemplu. Săpăm o fântână și facem o groapă uriașă. Spațiul din groapă sau din fântână nu a fost creat de noi. Noi doar am îndepărtat pământul care umplea spațiul acolo. Spațiul era acolo atunci și este și acum tot acolo. În același fel, trebuie să ne debarasăm de toate vechile tendințe innăscute [*samskara*] care sunt înăuntrul nostru. Când toate aceste tendințe sunt abandonate, Sinele va străluci de unul singur<sup>1</sup>.

Î: *Dar cum să facem asta și să dobândim eliberarea?*

R: Eliberarea este propria noastră natură. Suntem ea. Chiar faptul că dorești eliberarea demonstrează că libertatea față de toate condiționările este natura noastră reală. Ea nu trebuie dobândită acum. Tot ceea ce trebuie este să ne debarasăm de ideea falsă că suntem condiționați. Când reușim asta, nu vor mai exista dorințe sau gânduri de niciun fel. Așadar, putem spune că atât timp cât cineva dorește eliberarea, el este înrobite<sup>2</sup>.

Î: *Se spune despre cel care și-a realizat Sinele că nu va mai avea parte de cele trei stări: veghe, somn cu vise și somn fără vise. Așa este?*

R: Ce te face să spui că ei nu au parte de aceste trei stări? Când spui „am avut un vis; am dormit profund, fără să visez; sunt treaz”, trebuie să admiti că ai fost în toate aceste trei stări. Asta dovedește că ai fost prezent tot timpul. Dacă rămâi așa

<sup>1</sup> D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 88.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 65.

cum ești acum, ești în starea de veghe; ea se ascunde în somnul cu vise; iar somnul cu vise dispare când ești în starea de somn profund, fără vise. Erai prezent atunci, ești prezent acum și ești prezent de fiecare dată. E ca un spectacol cinematografic. Nimic nu se lipește de ecran, ecranul rămâne ecran. Tot astfel, tu rămâi identic cu Sinele tău profund în toate aceste trei stări. Dacă știi asta, cele trei stări nu te vor încurca, așa cum imaginile care apar pe ecran nu se lipsesc de el. Uneori, vezi pe ecran un ocean imens cu valuri nesfârșite; apoi el dispare. Alteori, vezi flăcări care se întind peste tot; și ele dispar. Ecranul este prezent în ambele situații. S-a udat, oare, ecranul de la apă sau a fost el pârjolit de foc? Nimic nu a afectat ecranul. Tot astfel, lucrurile care se întâmplă în starea de veghe, de somn cu vise și de somn profund nu te afectează deloc; tu rămâi Sinele tău propriu.

Î: *Să însemne asta că, deși oamenii au parte de toate cele trei stări, veghe, somn cu vise și somn profund, ele nu îi afectează?*

R: Da, așa este. Toate aceste stări vin și pleacă. Sinele nu este deranjat; el are o singură stare.

Î: *Înseamnă asta că o asemenea persoană va fi un simplu martor în această lume?*

R: Așa este. Iată de ce, în capitolul al zecelea din *Panchadasi*, Vidyaranya dă exemplul luminii care este aprinsă pe scena unui teatru. Când se joacă o piesă, lumina este acolo, ea îi luminează, fără vreo deosebire, pe toți actorii, fie că sunt regi, slugi sau dansatori, la fel ca și pe toți oamenii din public. Acea lumină va fi acolo înainte de începerea spectacolului, în timpul lui și după ce spectacolul se încheie. Tot astfel, lumina lăuntrică, adică Sinele, luminează eul, intelectul, memoria

și psihicul fără ca el însuși să fie supus proceselor de creștere și degradare. Deși în timpul somnului profund și în alte stări nu există percepția eului, acel Sine rămâne fără niciun atribut, continuând să strălucească de la sine<sup>1</sup>.

De fapt, ideea Sinelui ca martor există numai în minte; ea nu este adevărul ultim al Sinelui. Calitatea de martor apare doar când există obiecte la care ești martor. Atât martorul, cât și obiectul său sunt creații ale mintalului<sup>2</sup>.

Î: *În ce măsură sunt aceste trei stări de conștiință inferioare ca grad de realitate față de cea de-a patra [turiya]? Care este, de fapt, relația dintre aceste trei stări și cea de-a patra?*

R: Există doar o singură stare, cea de conștiință, percepție sau existență. Cele trei stări – veghe, vis și somn profund – nu pot fi reale. Realul va exista întotdeauna. Numai acel „Eu” sau acea existență care persistă în toate cele trei stări este reală. Celelalte trei nu sunt reale și, deci, nu putem spune că au cutare sau cutare grad de realitate. Putem formula lucrurile astfel. Existența sau conștiința este singura realitate. Numim stare de veghe conștiința la care se adaugă starea de veghe. Numim somn conștiința la care se adaugă somnul. Numim vis conștiința la care se adaugă visul. Conștiința este ecranul pe care toate imaginile vin și pleacă. Ecranul este real, imaginile sunt simple umbre pe ecran. Deoarece ne-am obișnuit să considerăm aceste stări ca reale, denumim starea de percepție sau de conștiință pură „a patra stare”. Cu toate acestea, a patra stare nu există – există o singură stare<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> S. Nagamma, *op. cit.*, pp. 310-11.

<sup>2</sup> „Who”, *Maha Yoga*, p. 202.

<sup>3</sup> D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 90.

Între vis și veghe nu există nicio diferență, în afara faptului că visul este scurt și starea de veghe durează mult mai mult. Amândouă sunt rezultatul minții. Pentru că starea de veghe durează, ne imaginăm că ea este starea noastră reală. Dar, de fapt, starea noastră reală este *turiya* sau cea de-a patra stare, care este întotdeauna așa cum este și nu știe nimic despre cele trei stări – veghea, visul sau somnul profund. Pentru că pe acestea trei le numim *avastha* [stări], o numim și pe cea de-a patra *turiya avastha*. Dar ea nu este o *avastha*, ci este starea reală și naturală a Sinelui. Când se realizează asta, știm că ea nu este o *turiya* ori a patra stare, căci o a patra stare este doar ceva relativ; ea este *turiyatita*, starea transcendentă<sup>1</sup>.

Î: *Dar de ce aceste trei stări vin și pleacă, perindându-se pe ecranul Sinelui?*

R: Cine pune această întrebare? Spune Sinele că aceste stări vin și pleacă? Văzătorul este cel care spune că ele vin și pleacă. Văzătorul și văzutul formează împreună mintea. Vezi dacă există vreun lucru precum mintea. Apoi mintea se topește în Sine și nu mai există nici văzător, nici văzut. Așadar, adevăratul răspuns la întrebarea ta este că ele nici nu vin, nici nu pleacă. Numai Sinele rămâne așa cum este dintotdeauna. Cele trei stări își datorează existența non-investigației, iar investigația le face să înceteze. Oricât de mult ți s-ar explica, faptul nu se va clarifica decât atunci când atingi realizarea de sine și te miri cum de ai fost orb atâta timp în fața singurei existențe de la sine înțelese.

Î: *Ce diferență există între minte și Sine?*

<sup>1</sup> *Ibid.*, p. 79.

R: Nu există nicio diferență. Mintea întoarsă către interior este Sinele; întoarsă spre exterior, ea se transformă în eu și în toate obiectele lumii. Bumbacul transformat în diferite veșminte primește denumiri diferite. Aurul transformat în diverse podoabe primește denumiri diferite. Dar toate veșmintele sunt bumbac și toate podoabele aur. Unul este real, cele multe nu sunt decât simple nume și forme.

Dar mintea nu există separată de Sine, altfel spus, ea nu are o existență independentă. Sinele există fără minte, dar mintea nu poate exista fără Sine<sup>1</sup>.

Î: *Se spune că Brahman este sat-cit-ananda. Ce înseamnă asta?*

R: Da. Așa este. Cel ce este, este doar *sat*. Acela este numit *Brahman*. Slava lui *sat* este *cit*, iar natura lui este *ananda*. Acestea două nu sunt diferite de *sat*. Toate trei împreună sunt cunoscute ca *sat-cit-ananda*<sup>2</sup>.

Î: *Cum Sinele este existență [sat] și conștiință [cit], de ce este el descris ca diferit de existent și non-existent, de cele simțitoare și cele nesimțitoare?*

R: Deși Sinele este real, deoarece el cuprinde tot, el nu lasă loc pentru întrebări ce implică dualitatea, întrebări despre realitatea sau irealitatea sa. Prin urmare, se spune că este diferit de real și de ireal. Tot astfel, deși el este conștiință, deoarece nu este niciun lucru pe care el să-l cunoască sau căruia să se facă cunoscut, se spune că este diferit de cele simțitoare și nesimțitoare<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> *Ibid.*, pp. 90-1.

<sup>2</sup> S. Nagamma, *op. cit.*, p. 196.

<sup>3</sup> S. Natanananda, *op. cit.*, p. 21.

Se spune că *sat-cit-ananda* sugerează că realitatea ultimă nu este *asat* [diferită de ființă], nu este *acit* [diferită de conștiință] și nu este *anananda* [diferită de fericire]. Pentru că suntem în lumea fenomenelor vorbim despre Sine ca despre *sat-cit-ananda*<sup>1</sup>.

Î: *În ce sens este fericirea sau beatitudinea [ananda] adevărata noastră natură?*

R: Beatitudinea desăvârșită este *Brahman*. Pacea desăvârșită provine din Sine. Doar aceasta există și este conștiință<sup>2</sup>. Ceea ce se numește fericire nu este decât natura Sinelui; Sinele nu este nimic altceva decât fericire desăvârșită. Nu există decât ceea ce se numește fericire. Cunoscând acest fapt și sălășluind în starea de Sine, te bucuri de o beatitudine veșnică<sup>3</sup>.

Dacă un om crede că fericirea lui este datorată unor cauze exterioare și lucrurilor pe care le posedă, este logic să conchidem că fericirea lui trebuie să sporească odată cu înmulțirea posesiunilor și să diminueze în măsura diminuării lor. Prin urmare, dacă el este lipsit de posesiuni, fericirea lui ar trebui să fie inexistentă. Care este experiența reală a omului? Este ea conformă acestui punct de vedere?

În starea de somn profund, omul este lipsit de posesiuni, inclusiv de propriul corp. În loc de a fi nefericit, el este foarte fericit. Toată lumea dorește să doarmă buștean. Concluzia este că fericirea este inherentă omului și nu se datorează unor cauze exterioare. Omul trebuie să realizeze Sinele pentru a deschide rezerva de fericire pură<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 402.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 31.

<sup>3</sup> Muruganar, *op. cit.*, v. 1029.

<sup>4</sup> M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 1.

Î: *Sri Bhagavan vorbește despre Inimă ca despre sediul conștiinței și ca fiind identică cu Sinele. Ce semnifică mai exact Inima?*

R: Spune-i cum vrei: Dumnezeu, Sine, Inimă sau sediu al conștiinței, este același lucru. Ceea ce trebuie să reținem este că Inima semnifică nucleul cel mai profund al ființei cuiva, centrul, fără de care nu există nimic altceva<sup>1</sup>.

Inima nu este fizică, ea este spirituală. Termenul *hridayam* este alcătuit din *hrit* și *ayam* și înseamnă „acesta este centrul”. Aici este locul de unde se ivesc gândurile, unde ele dăinuie și unde se iau deciziile. Gândurile sunt conținutul minții și ele dau formă universului. Inima este centrul a tot. *Upanișadele* spun că acela din care provin ființele este *Brahman*. El este Inima. *Brahman* este Inima<sup>2</sup>.

Î: *Cum să realizăm Inima?*

R: Nu există nimeni care să nu aibă experiența Sinelui în fiecare clipă. Căci nimeni nu recunoaște că este vreodată separat de Sine. El este Sinele. Sinele este Inima<sup>3</sup>.

Inima este centrul din care izvorăște totul. Pentru că tu vezi lumea, corpul și toate celelalte, se spune că există un centru al acestora, care este numit Inimă. Când ești în Inimă, ea nu este nici centru, nici circumferință. Nu există nimic în afara ei<sup>4</sup>.

Inima nu este decât conștiința care reprezintă existența reală și care nu merge în exterior pentru a cunoaște acele lucruri diferite de Sine. Cum adevărul Sinelui este cunoscut

<sup>1</sup> T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 72.

<sup>2</sup> M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 92-3.

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 93.

<sup>4</sup> *Ibid.*, p. 229.

doar acelei conștiințe lipsite de activitate, acelei conștiințe care se însoțește mereu numai cu Sinele, doar ea este strălucirea cunoașterii clare<sup>1</sup>.

## CAPITOLUL 2

### **Conștientizarea Sinelui și ignorarea Sinelui**

Sri Ramana sugera uneori că există trei categorii de cău-  
tători spirituali. Cei mai evoluți realizează Sinele imediat ce li  
se spune despre natura lui reală. Cei din a doua categorie tre-  
buie să reflecteze asupra lui pentru o vreme înainte ca percep-  
ția Sinelui să capete stabilitate. Cei din a treia categorie sunt  
mai puțin norocoși, fiind îndeobște nevoiți să practice intens  
o disciplină spirituală pentru a atinge țelul realizării Sinelui.  
Uneori, Ramana folosea metafora combustiei pentru a descrie  
cele trei niveluri: praful de pușcă se aprinde de la o singură  
scânteie, cărbunele trebuie să vină într-un contact scurt cu fo-  
cul, iar cărbunele umede trebuie să se usuce și să se încălzească  
multă vreme înainte de a începe să ardă.

Pentru cei din primele două categorii, Sri Ramana spunea  
că nu există decât Sinele și că el poate fi experimentat direct  
și conștient încetând să mai dăm atenție ideilor greșite pe care  
le avem despre noi înșine. Aceste idei greșite sunt numite ge-  
neric „non-Sinele”, deoarece ele sunt o acumulare imaginară  
de concepții greșite și neînțelegeri care voalează efectiv ade-  
vărata experiență a Sinelui real. Principala idee greșită este că  
Sinele este limitat la corp și suflet. Imediat ce omul încetează  
să-și închipuie că este o persoană individuală, care sălășluiește

<sup>1</sup> Muruganarm *op. cit.*, v. 435.