

Toată înțelepciunea tradițională și culturile care au reușit să pătrundă în sfera spirituală a omului plasează dezvăluirea misterului său în adâncurile minții și ale inimii, pentru că numai în ele există legătura dintre individualitatea lui vizibilă și ceea ce se află în spatele ei. Prin urmare, munca noastră trebuie să fie explorarea acestei părți mental-emoționale mai profunde și angajarea în cercetarea sa.

Cine își închipuie că o astfel de activitate interioară poate avea ca rezultat doar o imaginație zadarnică se înșală amarnic. Rezultatul obținut depinde de felul cum este realizată, ținta la care se aspiră și călăuzirea (fie ea verbală, tipărită sau interioară) urmată. Acesta poate să fie fără nici o valoare, cum este ceața pentru călător, dar poate să cuprindă cea mai înaltă valoare atunci când cercetarea este bine efectuată.

Scopul scrutării spirituale a eului este să potolim bolboroseala șuvoiului de gânduri și apoi să pătrundem conștient în regiunea Supraeului, să-i deslușim tăcerea și să stabilim o legătură între conștiința normală și această atotputernică realitate misterioasă care este dublul ei divin.

Pare a fi multă confuzie legată de autoanaliză. Orice încercare de a ne analiza trebuie să fie, la început, intelectuală. În acest sens nu diferă de eforturile intelectuale ale filozofilor, ale metafizicienilor și ale altor învățați care aderă încă la idei materialiste. Este nevoie însă de ceva mai mult. Trebuie să încerc să explic exact unde se termină efortul pur intelectual și unde începe acela cu adevărat spiritual. Înțelegând bine aceasta, vom ști mai bine cum să procedăm.

Sunt unele capitole în cartea mea *The Quest of the Overself* unde tratez metoda și cheștiunea analizei eului. Aceste capitole trebuie studiate cu atenție. Vor părea poate seci. Oamenii le sar grăbiți și le studiază pe celelalte, care li se par mai

„practice” și mai folositoare. Aici se înșală. Într-un domeniu atât de delicat și de intangibil precum sufletul, ideile juste sunt cu adevărat importante. Acele pagini anume trebuie studiate pe îndelete, într-un anumit fel. Abordându-le cu un ochi critic din cauza prejudecăților deja existente față de astfel de idei, de bună seamă nu vor fi de nici un folos.

A critica înainte de a cerceta e o greșeală, iar a crede înainte de a cerceta e tot o greșeală. Trebuie să citim liniștiți, nici opunându-ne cu încăpățănare, nici acceptând orbește. Pentru că este o putere inerentă în cuvintele sincere. Acestei puteri îi încredințez bucuros cartea de față.

Nu intră în intenția mea să încerc să probez fiecare afirmație de aici. Doresc mai curând să-mi exprim ideile în fața unui public deja îngăduitor și atent, astfel încât să le pot enunța cât mai concis, evitând divagațiile și perifrizele unor argumente inutile. Pe scurt, doresc ca această carte să le folosească în mod real celor ce sunt pregătiți din punct de vedere mental și spiritual s-o primească. Nu vreau să constrâng pe nimeni, în nici un fel, oricât de subtil, să accepte un punct de vedere la care n-a ajuns încă prin dezvoltarea sa interioară firească sau să pierd timpul tuturor cu o logică gălăgioasă care nu duce nicăieri.

Prin urmare, trebuie să se adopte o atitudine de simpatie intelectuală față de aceste idei, și nu una de critică bănuitoare, dacă se dorește ca lectura să fie de folos. Ele sunt expuse sincer, nu ca păreri teoretice, ci ca niște cunoștințe verificate ; totuși, nu au nimic în ele care să nu fie rezonabil, cu condiția să fie judecate imparțial și obiectiv, fără a confunda ideile și observațiile adevărate cu cele obișnuite. Cerând aceasta, știu că multora le cer prea mult, iar aceștia nu trebuie să mă urmeze mai departe. Știu bine că oamenii nu apucă pe o

astfel de cărare până nu sunt epuizate posibilitățile metodelor convenționale de a afla adevărul. Ba chiar ajung la ea în întunericul disperării, ca o ultimă scăpare. Numai persoanelor de acest fel, care simt o vie durere în neputința de a pătrunde în zone spirituale, care nu găsesc ajutor în sisteme ortodoxe și care au avut parte, poate, din plin de suferință în viața lor – acestora par să se adreseze paginile mele.

Ca să citești capitolele din *The Quest of the Overself* despre analiza eului într-un spirit de riguros antagonism sau de opoziție încăpățânată, căutând să descoperi defecte și să judeci ceea ce crezi că sunt erori, poate fi un bun exercițiu pentru intelect, însă nu te va putea apropia de adevăr. Tendința de a citi în acest chip a fost, din păcate, dezvoltată de educația modernă. De aici avertismentul de a suspenda cel puțin temporar puterea critică, cea care a fost de mare ajutor la clădirea civilizației moderne comerciale și științifice, *dar care devine o predică atunci când se folosește în fața unor declarații care emană de la cei ce au pătruns efectiv în sfera spirituală.*

Nu vi se cere să fiți necinstiți în gândirea voastră sau să vă distrageți puterea de judecată liberă. Într-adevăr, nu oricine este înclinat să-și exerseze puterea de înțelegere este și potrivit pentru această cărare. Sunteți pe deplin îndreptățiți să vă păstrați punctul de vedere la care ați ajuns prin propria experiență de viață. Nu vi se cere să renunțați la ceea ce vi se pare neapărat a fi o valoare dovedită. Aș vrea mai curând să vă deslușesc că numai atunci când nu vă va mai mulțumi actualul vostru punct de vedere se poate spera cel puțin pentru câțva timp să vă însușiți punctul de vedere rațional înfățișat de cei ce au avut o mai înaltă și mai vastă experiență.

Vi se cere în acest caz să reflectați fără suspiciune, iar și iar, la afirmațiile pe care le întâlniți în studiul vostru, până

Respectați-vă și pe voi înșivă. Veți prinde punctul de plecare de unde au fost făcute. Vi se cere să nu fiți influențați și să asimilați cât se poate din punct de vedere experimental o perspectivă pe care până acum n-ați conceput-o și care posedă forța de a trezi capacitatea intuitivă și de a-i da o mai mare energie în noi.

Contemplarea, nu mai puțin decât cultura, ne înalță. Această cărare începe dintr-un punct de pornire care este același pentru toți, pretutindeni în lume. Începe cu o cercetare practică în noi înșine. Religiile, rasele, obiceiurile, clasele și naționalitatea creează între oameni diferențe naturale sau artificiale, dar toți și fiecare individ în parte nu pot scăpa de realitatea conștiinței eului.

Nu ar fi cu puțință să condensăm această metodă într-o frazeologie mai deslușită și mai bună decât cea care împodobește cândva grandiosul portal al frumosului templu de la Delphi : „Cunoaște-te pe tine însuși !”. Căci, așa cum afirmau înțelepții greci, suntem cu toții raze ale Soarelui spiritual central, și așa cum nu putem separa globul de aur de razele sale individuale, tot așa nu putem separa Ființa Absolută de sufletele individuale omenești care emană din ea. Din cauza acestui fapt, în natură, calea spre descoperirea eului nostru divin există neîntrerupt pentru fiecare din noi.

Deși omul e o taină pentru el însuși, el este o taină ce poate fi dezlegată. Cea mai mare ispravă a omului nu va fi să clădească un pod mai lung sau să zboare mai repede prin spațiu, ci să se cunoască pe sine.

Cea mai precisă metodă de a ajunge la adevărata fire a eului este să urmărim un procedeu de eliminare, adică de distingere între eu și noneu.

Există un avertisment – și încă unul puternic – pe care trebuie să-l exprim. Dacă luăm această cale de cercetare a

Respectiv, eului drept o simplă formulă intelectuală, facem o greșeală capitală și nu vom reuși în cercetare. Trebuie să împletim aspirația cu cercetarea, să ne dedicăm cu totul Supraeului pe care îl căutăm. Trebuie să abordăm această sarcină de analiză a eului asemenea unui iubitor al naturii care contemplă o priveliște frumoasă. Trebuie să credem că este ceva minunat, cu adevărat divin, ce trebuie descoperit prin îndeplinirea exactă a sarcinii noastre, chiar dacă atenția trebuie concentrată întru totul asupra sinelui. Prin urmare, capacitatea noastră intelectuală trebuie adunată și concentrată.

Primul pas va fi să ne eliberăm de străvechea obsesie că impresiile simțurilor constituie eul. Aceasta se poate face nu numai prin analiza eului, ci și prin exerciții yoga, debransând mintea de simțuri, metodă care a fost explicată în capitoul precedent.

Prima analiză începe cu eul fizic. Cercetarea este esențială pentru a ne descoperi adevărata legătură cu acest corp. Și astfel, în carte, această analiză a fost expusă, elaborată în detaliu și exprimată în așa fel încât, în timpul exercițiului, mintea să se îndepărteze de atitudinea ei obișnuită față de trup.

Îndată ce stăpânim efectiv cerințele, nu este nevoie să repetăm calea intelectuală pe care am străbătut-o. Dar trebuie să fim absolut siguri că înțelegem elementele conducătoare. Ele sunt importante nu numai pentru satisfacția noastră intelectuală, ci și pentru că, dacă sunt mânuite cum trebuie, devin un mijloc ce va ajuta conștiința să pătrundă dincolo de legătura intelectuală pe care o avem în mod obișnuit cu corpul nostru.

Această analiză este prezentată în așa fel încât putem începe să ne considerăm trupul ceva distinct, separat și aparte. Trupul este aici și e al nostru, totuși trebuie să învățăm să ne detașăm de el, ca să înțelegem că nu este eul nostru.

Respect pe Pentru că suntem atât de obișnuiți cu trupul pe care îl purtăm cu noi, considerăm de la sine înțeles că este eul nostru. În perioada analizei trebuie să încercăm să adoptăm o atitudine mai puțin familiară. Așa vom începe să vedem unde se situează acest corp în cadrul legăturii cu adevăratul nostru eu.

Existăm, fără îndoială. Știm că ne aflăm aici și că suntem o ființă conștientă, însă ne-am obișnuit să considerăm de la sine înțeles că eul este trupul. Lui i-am dat un nume, un nume care îl deosebește de alții. Chiar aceasta ne încurcă în cercetare. Câtă vreme vom continua să ne identificăm cu numele noastre, vom continua să ne identificăm cu trupul. Drumul corect este să pornim fără prejudecăți în această cercetare. Trebuie să încercăm să uităm de noi înșine și de nume în timpul cercetării și al meditației – pur și simplu *să fim*, fără a fi cineva anume.

De fiecare dată când spunem „eu” ne referim în mod automat la trup. Așa cum nu este indicat ca în timpul acestei cercetări meditative să ne gândim că purtăm un nume, tot așa *este* indicat ca, atunci când trebuie să folosim în mintea noastră cuvântul „eu”, să-i spunem „eul”. Cu alte cuvinte, să-l facem impersonal și să-i adăugăm articolul hotărât. Făcând astfel, separăm noțiunea de individualitate de trup. Știm că atât timp cât suntem în viață senzația de individualitate va continua.

Chiar dacă jumătate din trup ar fi îndepărtată și am continua să trăim, conștiința existenței eului va rămâne neschimbată și la fel de puternică precum înainte. Aceasta este, probabil, una dintre cele mai elementare dovezi că conștiința ego-ului, „eul”, nu este inseparabil legată de conștiința corpului fizic.

Acest „eu”, ego-ul, poate să se separe și se separă uneori de trup fără vreun scop sau efort din partea noastră. El face aceasta atunci când, de exemplu, suntem foarte „distracți”.