

SRÍ RAMANA MAHARSI TANÍTÁSAI

A ráhagyatkozás*

A vallásos tradíciók többsége szerint az Istenre való ráhagyatkozás¹ az individuális »én« transzcendálásának egyik eszköze. A ráhagyatkozásnak ezt az értelmezését Srí Ramana is elfogadta, és gyakran említette, hogy ez a módszer ugyanolyan hatékony, mint az Ön-kutatás. A ráhagyatkozás ösvénye hagyományosan a dualisztikus vallásgyakorlással kapcsolódott össze, de Srí Ramana az ilyen vallási gyakorlatoknak csak másodlagos jelentőséget tulajdonított. Ezzel szemben azt hangsúlyozta, hogy a valódi ráhagyatkozás Isten objektum–szubjektum relációjában való imádásának meghaladásában áll, ugyanis a ráhagyatkozás csak akkor tökéletes, ha az ember már nem tekinti önmagát Istentől különállónak. E cél elérésére két külön gyakorlatot ajánlott:

Mindaddig kitartani az »én«-gondolat mellett, míg az, aki Istentől különállónak képzei önmagát, el nem tűnik.

Az embernek teljes mértékben Istenre, vagyis az Önvalóra kell bíznia magát és életét. Hogy az ilyen önátadás hatékony lehessen, minden saját vágyának és akaratnak meg kell szűnnie, és az embernek teljesen meg kell szabadulnia attól a gondolattól, hogy van egy individuális személy, aki képes Istentől függetlenül is cselekedni.

Az első módszer nyilvánvalóan csupán az Ön-kutatás szokásostól eltérő megfogalmazása. Srí Ramana többször is rámutatott a »ráhagyatkozás« és az »Ön-kutatás« egyenrangúságára, s ezt vagy azzal indokolta, hogy ezek csupán különböző nevei egyazon folyamatnak, vagy pedig azzal, hogy az Ön-megvalósítás elérésének e kettőn kívül nincsen más hatékony eszköze. Ennek megfelelően mindazokat a gyakorlatokat, amelyek az »én«-gondolat tudatosítását implicálják, az Önvalóhoz vezető közvetlen és érvényes útvonalaknak tekintette, míg azokat, amelyek ezt elmulasztották, alkalmatlannak tartotta az Önvaló elérésére.

Minthogy Srí Ramana az Ön-megvalósítás egyetlen eszközének az »én« szubjektív tudatához való ragaszkodást tekintette, az odaadás (*bhakti*) és az imádás vallásos gyakorlatait is mindig ebből a szempontból mérlegelte. Sosem ellenezte, ha hívei ilyen gyakorlatokat akartak folytatni, viszont rámutatott arra, hogy az Istennel való kapcsolat – legyen az a hívő, a szolga vagy az imádó kapcsolata –

* Forrás: *Oltalmazó Útmutatás. Srí Ramana Maharsi tanításai* (Nyíregyháza, 2001, Kötet Kiadó), p. 121–136.

illuzórikus, mivel egyedül Isten létezik. A valódi odaadás – mint mondta – egynek lenni (mint ahogy ténylegesen is csak egység van), szilárdan kitartani a *lét* állapotában, vagyis abban az állapotban, amelyben már fel sem merül az Istennel való kapcsolat gondolata.

A másik módszer – mely abban áll, hogy az ember magát és életét teljesen Istenre bízva – úgyszintén az Ön-kutatással áll szoros kapcsolatban, mivel az »én«-gondolat kiküszöbölésére irányul, ugyanis aki ezt az ösvényt követi, annak el kell különítenie az »én«-gondolatot azoktól a tárgyaktól és tettektől, amelyekkel az folyamatosan azonosítja magát. E gyakorlat annak állandó tudatosítását igényli, hogy nincs individuális »én«, aki cselekszik és vágyakozik, s hogy csak az Önvaló létezik, továbbá hogy semmi sincs az Önvalón kívül, ami tőle függetlenül cselekedhetne. Mihelyt az ember e gyakorlat során tudatára ébred annak, hogy a gondolatok és tettek alanyának szerepét vállalja magára (például »[én] akarom«, »[én] éppen ezt csinálom«), elméjét külső kapcsolataitól visszavonva az Önvalóra kell rögzítenie. Vagyis figyelmét ugyanúgy át kell helyeznie az egyik tárgyról a másikra, mint amikor az Ön-kutatás során felismeri, hogy önmagára irányuló figyelme másfelé terelődött. A cél mindkét esetben az »én«-gondolat izolálása, illetve forrásában való eltüntetése.

Srí Ramana elismerte, hogy e módszer révén az »én«-ről való spontán és teljes lemondás sokak számára reménytelen vállalkozás, s így esetenként olyan előkészítő gyakorlatokat ajánlott követőinek, amelyek odaadásukat és az elme feletti uralmukat magasabb szintre emelhetik. E gyakorlatok többsége az Istenre vagy a *gurura* gondolásban, illetve az Isten vagy a *guru* feletti meditációban állt, s ennek eszköze nevének állandó ismétlése (*dzsapa*), vagy alakjának vizualizációja volt. Híveinek azt mondta, hogy ha ezt megfelelő módon, szeretettel és odaadással végzik, akkor az elme automatikusan feloldódik a meditáció tárgyában.

Ha egyszer az ember ezt eléri, a teljes ráhagyatkozás sokkal könnyebbé válik. Isten folyamatos tudatosítása megóvja az elmét attól, hogy más tudati objektumokkal azonosítsa magát, és kialakítja benne azt a meggyőződést, hogy egyedül Isten létezik. Ennek hatására aztán egyre erősebben kezd megnyilvánulni az Önvaló ereje és kegyelme, amely fokozatosan legyengíti az »én«-gondolat befolyását, és elpusztítja az *aham-vrittít* fenntartó és megerősítő *vászandákat*. Az »én«-gondolat végül is kezelhetővé válik, és az ember már csekély önmagára irányuló figyelemmel is elérheti, hogy ideiglenesen belemerüljön a Szívbe.

Mint ahogy az Ön-kutatás esetében, a végső megvalósítást itt is az Önvaló hatalmas idézi elő automatikusan. Amikor a lét folytonosan megújuló tapasztalatában az elme összes kifelé irányuló tendenciája feloldódik, az Önvaló maradéktalanul felszámolja az elcsökevényesedett »én«-gondolatot is, úgyhogy az többé

már soha nem támad fel. Mindazonáltal az »én«-nek erre a végső megsemmisítésére csak akkor nyílik lehetőség, ha a ráhagyatkozás teljesen indíték nélküli. Ha ugyanis a ráhagyatkozást a kegyelemre vagy az Ön-megvalósításra irányuló vágy motiválja, az sosem lehet több részleges ráhagyatkozásnál, olyan üzleti viszonynál, amelyben az »én«-gondolat a viszonzás reményében tesz erőfeszítést.

David Godman

Mi a feltétlen ráhagyatkozás?

Ha az ember megvalósítja a ráhagyatkozást, nem marad senki, aki [ezeket] a kérdéseket feltehetné, vagy a ráhagyatkozásról gondolkozhatna. Az ember vagy kiküszöböli a gondolatokat az »én«-gyökérgondolat megragadása révén, vagy feltétel nélkül ráhagyatkozik a magasabb hatalomra. A megvalósításnak csak ez a két útja létezik.²

A teljes és tökéletes ráhagyatkozás azt jelenti, hogy az embernek még a megszabadulásra vagy Istenre irányuló vágyát is fel kell számolnia?

A tökéletes ráhagyatkozás megköveteli, hogy ne legyenek saját vágyai. Bármit is ad önnek Isten, meg kell elégednie vele; s ez jelenti azt, hogy nincsenek saját vágyai.

Most, hogy ezzel kapcsolatban már világosan látok, azt szeretném tudni, hogyan érhetném el a ráhagyatkozást.

Két út vezet hozzá. Az egyik: megvizsgálni, hogy mi az elme forrása, majd belemérülni ebbe a forrásba. A másik: azzal a tudattal élni, hogy önmagamban tehetetlen vagyok, egyedül Isten mindenható, s hogy csak akkor vagyok biztonságban, ha teljesen rábízom magam Istenre. E módszer segítségével az emberben fokozatosan kialakul az a meggyőződés, hogy egyedül csak Isten létezik, s hogy az ego semmit nem számít. Mindkét módszer ugyanahhoz a célhoz vezet. A teljes ráhagyatkozás csupán egy másik neve a *dzsnyánának* avagy a megszabadulásnak.³

Mivel a ráhagyatkozást könnyebbnek találom, ezt az ösvényt akarom követni.

Bármelyik ösvényt is választja, el kell veszítenie önmagát. A ráhagyatkozás csak akkor tökéletes, ha eléri azt a szintet, amikor elmondhatja: »Te vagy minden. Legyen meg a te akaratod.«

Ez az állapot nem különbözik a *dzsnyánától*. A *szóhamot* [az »én vagyok ő« tételezését] még a *dvaita* [kettősség] uralja; a ráhagyatkozást már az *advaita* [a kettősség hiánya]. A valóságban [azonban] sem *dvaita*, sem *advaita* nincs, hanem csak az van, ami van.

A ráhagyatkozás könnyűnek látszik, mert az emberek azt képzelik, hogy ha egyszer szájukkal azt mondják: »ráhagyatkozom Istenre«, terhüket pedig átadják Uruknek, szabadok lehetnek, és azt tehetik, amit akarnak. A tény azonban az, hogy ha egyszer az ember ráhagyatkozott Istenre, többé sem rokonszenvet, sem ellenszenvet nem érezhet semmi iránt; akaratának teljesen meg kell semmisülnie, s helyét az Úr akaratának kell elfoglalnia. Az ego halála tehát egy olyan állapothoz vezet, amely semmiben nem különbözik a *dzsnyánától*. Vagyis bármelyik ösvényt is választja, el kell érnie a *dzsnyánát*, illetve az egységet. |⁴

Mi a legjobb módja az ego kiirtásának?

Mindenkinek az az út a legjobb, ami számára a legkönnyebbnek és a legvonzóbbnak tűnik. Amennyiben ugyanahhoz a célhoz vezetnek – tudniillik az ego Önvalóba való belemerüléséhez –, mindegyik módszer ugyanolyan mértékben jó. Amit a *bhakta* [hívő] ráhagyatkozásnak nevez, azt a *vicsárát* gyakorló *dzsnyánának* hívja. Mindkettejüknek az a célja, hogy visszavezessék az egót ahhoz a forráshoz, amelyből eredt, hogy aztán elmerülhessen benne. |⁵

A kegyelem nem teheti alkalmasabbá erre a keresőt?

Bízva ezt Istenre. Hagyatkozzon rá visszavonhatatlanul. Két dolog közül egyet mindenképpen meg kell tennie: vagy bízva magát Istenre, beismerve tehetetlenségét s azt, hogy rászorul egy magasabb hatalom segítségére – vagy kutassa fel a nyomorúság okát annak forrásánál, s merüljön bele az Önvalóba. Mindkét út megszabadítja a nyomorúságtól. Isten sosem hagyja cserben azt, aki ráhagyatkozott.

Mi az elme értelme a ráhagyatkozás után?

Felmerül[het-e] ez a kérdés a ráhagyatkozott elmében? |⁶

Remélem, hogy folytonos vágyakozásom a ráhagyatkozásra egyszer majd elvezet a szüntelen kegyelem tapasztalatához.

Bízva magát Istenre egyszer s mindenkorra, és hagyjon fel a vágyakozással. Mindaddig, amíg a cselekvőség érzése jelen van, jelen van a vágy is, s ugyanakkor a személyiség is. A személyiség tudata nélkül akadálytalanul ragyoghat az Önvaló. A rabság nem magukban a tettekben rejlik, hanem a cselekvőség érzésében.

»Csendesedjete el, és tudjátok meg, hogy én vagyok az Isten.«⁷ A »csend« itt az individualitás legkisebb nyoma nélküli teljes ráhagyatkozásra vonatkozik. Ha felülkerekedik a csend, az elme nyugtalansága megszűnik. A vágnak, a cselekvőség tudatának és a személyiségnek az oka az elme nyugtalansága. Az elme megállítása vezet el a csendhez. A »megismerés« [ebben] a csendben a »lét«-tel egyenlő. [Vagyis] itt már nem arról a relatív megismerésről van szó, amely a megismerés, a megismerő és a megismert hármasságára oszlik.

Van valamilyen haszna az »Én vagyok Isten« vagy »Én vagyok a legfelső lény« gondolatának?

»Én vagyok az én vagyok«.⁸ Nem »én vagyok Isten«, hanem az »én vagyok« [az] Isten. Valósítsa meg az »én vagyok«-[ság]ot, s ne [pusztán] gondolja, hogy »én vagyok« [Isten]. Ott [a Bibliában] ugyanis az áll: »Tudjátok meg, hogy én vagyok az Isten« – s nem az: »Gondoljátok azt, hogy én vagyok az Isten.«⁹

Ha a ráhagyatkozásról beszélünk, az olyan, mintha nyerscukrot lopnánk Gánésa urunk nyerscukorképéből, s aztán azt *naivédjaként* [ételáldozatként] felajánlanánk neki. Ön azt mondja, hogy testét, lelkét és minden tulajdonát felajánlja Istennek. [De hát] az öné volt mindez, hogy felajánlhatja őket? Legjobb esetben is csak annyit mondhat: »Egészen mostanáig tévesen azt hittem, hogy mindaz, ami a tiéd, enyém volt. Végre azonban felismertem, hogy azok a tiéd. Többé nem cselekszem úgy, mintha az enyéme volnának.« És a *dzsnyána* éppen annak felismerése, hogy semmi sincs Istenen vagy az Önvalón kívül, s hogy nincsen olyan, hogy »én« és »enyém«, hanem csak az Önvaló létezik. Vagyis nincs különbség a *bhakti* és a *dzsnyána* között. A *bhakti* a *dzsnyána mátá*, a *dzsnyána* anyja.¹⁰

Nekünk, akik a világban élünk, mindig van okunk valami miatt szomorkodni, s nem tudjuk, hogyan kerekedhetnénk ne-

hézsegeink fölé. Hiába imádkozunk Istenhez, mégsem vagyunk elégedettek sorunkkal. Mit tehetnénk, hogy ez megváltozzon?

Bízzanak Istenben.

Mi rábíztuk magunkat, de úgy látszik, ez nem elég.

Értem. Ha rábízták volna magukat, elégedettek lennének Isten akaratával, s nem panaszkodnának amiatt, hogy valami kellemetlenség éri önöket. A dolgok könnyen másmilyennek bizonyulhatnak, mint amilyenek első pillanatban látszanak. A baj gyakran vezeti az embereket az Istenben való bizalomra.

Csak hogy mi a világban élünk. Feleségünk van, gyermekeink, barátaink, rokonaink vannak. Nem csinálhatunk úgy, mintha ők nem is léteznének, és személyiségünk utolsó morzsájáról is lemondva nem bízhatjuk rá magunkat vakon az isteni akaratra.

Ez azt jelenti, hogy önök – ellentétben azzal, amit az imént mondtak – nem bízzák rá magukat Istenre. Egyedül Istenben kell bízniuk.¹¹

Hagyatkozzanak Istenre, és akár megmutatkozik önök előtt, akár nem, fogadják el, amit önökkel tesz. Mindig legyenek készek végrehajtani az akaratát. Ha arra kéri őt, hogy azt tegye, ami önöknek tetszik, az nem ráhagyatkozás, hanem utasítgatás. Képtelenek engedelmeskedni neki, s mégis azt hiszik, hogy ráhagyatkoztak... Ő tudja, hogy mi, mikor és hogyan a legjobb. Hagyjanak mindent egészen őrá. Ő viseli a terhet, s önöknek többé semmire sem lesz gondjuk. Minden gondjuk az övé lesz. Ez a ráhagyatkozás – és ez a *bhakti* [odaadás].

Vagy pedig vizsgálják meg, hogy ezek a kérdések kinek a kérdései. Mélyen merüljenek alá a Szívbe, és maradjanak meg Önmagukban. A törekvő előtt ez a két út áll nyitva.¹²

De hát a ráhagyatkozást képtelenség megvalósítani!

Valóban, a kezdők számára a teljes ráhagyatkozás elérése szinte lehetetlen. Viszont egy részleges ráhagyatkozásra mindenkinek lehetősége van. Az idők folyamán aztán az majd elvezet a teljes ráhagyatkozáshoz.

Nos, ha a ráhagyatkozás lehetetlen, mit lehet akkor tenni? Ha az elme nyugtalan, s önnek nincsen elég saját ereje ahhoz, hogy az elme békéjét megvalósítsa, akkor azt csak a ráhagyatkozás révén érheti el.¹³

Önmagában a ráhagyatkozás elegendő az Önvaló eléréséhez?

Elegendő, ha az ember rábízta magát Istenre. A ráhagyatkozásban az ember maradéktalanul átadja magát léte eredendő okának. De nehogy azt higgye, hogy léte forrása egy önön kívül lévő Isten! Az ön forrása önmagán belül van. Engedje át magát neki! Ez azt jelenti, hogy meg kell keresnie ezt a forrást, s el kell merülnie benne.¹⁴

Azt mondják, hogy az ember mindent elérhet, ha teljesen és kizárólagosan Istenben keres menedéket, anélkül, hogy bármi mással is törődne. Azt jelenti ez, hogy egyszerűen csendben egy helyen kell maradnunk, s felhagyva minden törekvéssel – ideértve még a a test fennmaradása szempontjából elengedhetetlen táplálékról való gondoskodást is – mindvégig pusztán Isten szemléletébe kell merülnünk? Azt jelentené ez, hogy ha megbetegszünk, nem kell foglalkoznunk az orvossággal és a gyógymóddal, hanem kizárólag a gondviselésre kell bízunk egészségünket és betegségünket?

A Bhagavad Gítában az áll: »Ki minden kívánságot elhagy, ki vágyak nélkül megy előre, érdek nélkül, önzetlenül: a Békét az megtalálja« (2,71). Azt jelenti ez, hogy fel kell hagynunk minden vágygyal, vagyis kizárólag Isten szemlélésének kell szentelnünk magunkat, és táplálékot és vizet is csak akkor szabad magunkhoz venniünk, ha azokat Isten kegyelme felki-

nálja számunkra; s nekünk ezek érdekében nem szabad lépéseket tennünk? Vagy azért egy kis erőfeszítést nekünk is ki kell fejtenünk?

Kérem, Bhagavan, magyarázza el a saranágati [ráhagyatkozás] titkát.¹⁵

Az *ananja saranágati* [teljes ráhagyatkozás] azt jelenti, hogy az ember a legcsekélyebb mértékben sem ragaszkodik a gondolatokhoz, s hogy minden kétségtől mentes; de vajon a test fennmaradásához elengedhetetlen táplálékkal és vízzel sem kell törődnie? Azt kérdezi: »Csak akkor ehetek, ha Isten az én közreműködésem nélkül felkínál nekem valamit? Vagy azért egy kis erőfeszítést nekem is ki kell fejtenem?«

Nos, rendben van. Fogadjuk el, hogy csak azt ehetjük, ami magától kerül elénk. De a kérdés még akkor is fennáll: ki fogja megenni? Mert még ha feltételezzük is, hogy valaki a szánkba teszi az ételt, akárhogy is nézzük, a falatot már nekünk kell megrágni és lenyelni. És hát a rágás és a nyelés nem erőfeszítés? Azt kérdi: »Ha megbetegszem, kell-e gyógyszert szednem, vagy teljesen Isten kezébe kell helyeznem egészségem és betegségem kérdését?« Sankara egyik könyvében, a *Szádhana Panycsakamban* az áll, hogy az éhségnek nevezett betegség kezelésére az alamizsnaként kapott ételek szolgálnak. De az embernek akkor is ki kell mozdulnia [otthonról], és koldulnia kell. Ha mindenki becsukná a szemét, s csendben ülve maradna azzal a gondolattal, hogy ha megjön az étel, majd eszik, hogyan menne tovább a világ? Éppen ezért az embernek a helyi szokásokkal összhangban kell hozzájutnia a szükséges dolgokhoz, közben azonban mentesnek kell maradnia attól az érzéstől, hogy ő maga cselekszik. A kötöttséget [ugyanis] az az érzés teremti, hogy »én cselekszem«. Éppen ezért ahelyett, hogy azon rágódnánk, vajon be szabad-e vennünk az orvosságot, ha betegek vagyunk, vagy magunkhoz vehetjük-e az ételt, ha éhesek vagyunk, inkább egy olyan módszerre van szükségünk, amellyel a cselekvőség érzése legyőzhető. [Enélkül] ugyanis mindig újabb és újabb kétségek fognak jelentkezni, s ezeknek egyszerűen nem lehet a végére érni. Még ilyen kérdések is felmerülhetnek az emberben: »Ha fáj valamim, vajon felszisszenhetek-e?« »Miután kifújtam a levegőt, vajon beszívhatom-e?« Hívják akár Ísvarának [Istennek], akár *karmának* [sorsnak], valamilyen *karta* [magasabb hatalom] révén mindaz végbe fog menni, aminek az adott individuum fejlettségi szintjének megfelelően végbe kell mennie. Ha az ember átruházza a felelősséget a magasabb hatalomra, a dolgok maguktól mennek majd tovább. Ide-oda járkalunk. De míg ezt tesszük, vajon megfontoljuk-e minden egyes lépésnél, hogy felemeljük-e az egyik lábunkat a másik után, vagy

egy bizonyos ponton megállítsuk? Vajon a sétálás nem automatikusan megy végbe? Ugyanez az eset a belégzéssel és a kilégzéssel is. Semmilyen külön erőfeszítést nem kíván az, hogy beszívjuk a levegőt, vagy hogy kifújjuk. Ugyanez vonatkozik az élet egészére is. Lemondhatunk-e bármiről, ha úgy akarjuk, vagy csinálhatunk-e bármit, amit szeretnénk? Számos dolgot automatikusan végzünk, anélkül, hogy tudatosan tennénk. A teljes ráhagyatkozás az összes gondolat feladását és az elme Istenre való összpontosítását jelenti. Ha képesek vagyunk ráfigyelni, a többi gondolat eltűnik. Ha az elme, a beszéd és a test tettei összeolvadnak Istennel, életünk minden terhét ő fogja viselni. |¹⁶

Valóban Isten mindazon cselekedetek végrehajtója, amelyeket én viszek véghez?

A jelenlegi körülmények között a nehézség abból adódik, hogy az ember cselekvőnek hiszi magát. Ez azonban tévedés. A magasabb hatalom az, ami mindent véghezvisz; az ember csupán eszköz. Ha elfogadja ezt a helyzetet, megszabadul a gondoktól; máskülönben azonban egyenesen a karjaikba rohan. Itt vannak például azok a szobrok, amelyek a *gópuramok* [templomtornyok] lábánál állnak: ezeket úgy formázták meg, mintha a torony terhét ők viselnék vállaikon. A megformázott alak testhelyzete és arckifejezése arról tanúskodik, hogy minden erejét megfeszíti, s ezáltal azt a benyomást kelti, mintha a torony súlyát ő viselné. De gondoljunk csak bele: a torony a földre épült és alapjain nyugszik. A szobor maga is része a toronynak, de úgy formázták meg, mintha ő viselné a torony súlyát. Nem mulatságos? Így van ezzel az az ember is, aki magára vállalja a cselekvés alanyának tudatát. |¹⁷

Szvámí, az ember ugyebár helyesen teszi, ha Istent szereti. Akkor mi miért nem követjük a szeretet ösvényét?

Ki mondta, hogy nem követheti a szeretet ösvényét? Nyugodtan kövesse. De amikor a szeretetről beszél, máris megjelenik egy kettősség: a szerető személy és az »Isten«-nek hívott szeretett entitás kettőssége. Az individuum [azonban] nem különül el Istentől. Ilyen módon az az igazi szeretet, amellyel az ember tulajdon Önvalója felé fordul.

Ezért kérdzem, hogy a szeretet ösvényét járva belemérlhetünk-e Isten imáadásába?

Pontosan erről beszélek. Maga a szeretet Isten valóságos formája. Ha azt mondja: »Elutasítom ennek a szeretetét, elutasítom annak a szeretetét« – akkor min-

dent visszautasít, s ami marad, az a *szvarúpa*, vagyis az Önvaló igazi formája. Ez a színtiszta üdvösség. Hívhatja színtiszta üdvösségnek, Istennek, *átmának*, vagy aminek éppen akarja. Ez az odaadás, ez a megvalósítás. Ez a minden.

Ha ekképpen elutasít mindent, egyedül az Önvaló marad meg. Ez az igazi szeretet. Annak számára, aki megismeri ennek a szeretetnek a titkát, a világ megtelik egyetemes szeretettel. |¹⁸

Az odaadás (*bhakti*) állapota nem más, mint a tudat szakadatlan tudatosításának tapasztalata. A *bhakti* soha meg nem fakuló, valóságos szeretetkapcsolat, mert az osztatlan, magasztos üdvösségként ragyogó Önvaló igazi ismerete szeretetként árad ki.

Az élet reménytelenül összekuszálódott csomóját egyedül a szeretet igazságának: az Önvaló valódi természetének megismerése képes kibogozni. Csak az jut el a megszabadulásig, aki eléri a szeretet magaslatát. Ez az összes vallás lényege. Az Önvaló egyedüli tapasztalata a szeretet: csak szeretetet lát, csak szeretetet hall, csak szeretetet érez, csak szeretetet ízlel, csak a szeretet illatát szívja be. És ez az üdvösség. |¹⁹

Nagyon vágyakozom a bhakti után. És egyre jobban akarok vágyakozni utána. Még a megvalósítás sem érdekel. Bárcsak még erősebb lenne a vágyam!

Ha vágyakozása erős, a megvalósítás akkor is szükségképpen bekövetkezik, ha nem akarja. |²⁰ Vágyakozzon utána mindaddig, amíg az elme bele nem olvad az odaadásba. Ha a kámfor elég, semmi nem marad utána. Az elme a kámfor. Amikor az elme, anélkül, hogy a legkisebb nyomot is hagyna maga után, feloldja magát az Önvalóban: ez az Önvaló realizálása. |²¹

Én a múrti dhjánában [a testi forma imádásában] bízom. Segítségemre lesz-e ez a dzsnyána elérésében?

Bizonyára segítségére lesz. Az *upászana* [a meditáció] elősegíti az elme összpontosítását. Az elme megszabadul a többi gondolattól, és megtelik a meditált formával. Ilyen módon eggyé válik a meditáció tárgyával, s az teljesen megtisztítja az elmét. Akkor majd gondolkozzék el azon, hogy ki az imádó. A válasz: Én, vagyis az Önvaló. Ilyen módon végül is eléri az Önvalót. |²²

Az imádás legmagasabb rendű fajtája a formátlan valóság imádása gondolatlan gondolattal. De ha az ember alkalmatlan Istennek erre a formátlan imádására, akkor a forma imádását kell gyakorolnia. A formátlan imádást csak azok ké-

pesek gyakorolni, akik mentesek az ego-formától. Az imádnak mindazok a változatai, amelyeket olyan emberek végeznek, akik még nem szabadultak meg az ego-formától, csak a forma imádásai lehetnek.

A kegyelemhez kötődő lét tiszta állapota, mely minden egyéb kötődéstől mentes, nem más, mint az ember önnön, szabadon lebegő csend-állapota. Ébredjen rá arra, hogy az igazi mentális imádás (*mánaszika-púdzsá*) nem más, mint örökké ebben a maga valóságában megtapasztalt csendben maradni. Ismerje fel, hogy a szüntelen, valódi és természetes imádás – amelyben az elme az egyetlen Önvalóvá válva és az Urat a Szív-trónusra ültetve engedelmesen megállapodik – [valójában maga] a csend, az imádás összes formája közül a legmagasabb rendű [imádás]. A megszabadulás voltaképpen a tolakodó egótól mentes csend. Az Önvalóról való bűnös megfélelkezés, amelynek hatására az ember kizökken a csend állapotából, nem más, mint a nem-odaadás (*vibhakti*). Ismerje meg, hogy a *Siva bhakti* [Isten imádásának] igazsága annyit jelent, mint elcsitul és az Önvalótól immár nem különböző elmével megmaradni ebben a csendességben.

Amikor az ember – fenntartások nélkül Siva lába elé vetve magát – magára ölti az Önvaló természetét, az ebből származó tökéletes béke – amelyben semmi helye nincs a hiányosságok és hibák miatti panasznak – nem más, mint a végső odaadás lényege.

Az az ember, aki ilyen módon az Úr szolgájává vált, aki megmarad a csendben és a nyugalomban, és még az egoisztikus »én vagyok az ő szolgája« gondolatától is mentes, Önmagában tartózkodik; és ez a legvégső tudás.²³

Ha a szellemi keresők Istent dicsőítő énekeket énekelve járják a világot, elérhetik-e ezt a célt földi életük során? Vagy meg kell maradniuk egy helyen?

Az elme egyetlen dologra koncentrálása vándorlás közben igen hasznos módszer. De mi haszna lenne egy helyben tartani a testet, ha az elme szabadjára van engedve?

Lehetséges az ahétuka bhakti [indíték nélküli odaadás]?

Igen, lehetséges.²⁴ Ha Istent azért imádja, mert valamit szeretne elérni vagy megszerezni, akkor valójában nem Istent imádja, hanem azt, amihez hozzá szeretne jutni. Ha Siva állapotát akarja elérni, legelőször is maradéktalanul meg kell szabadítania elméjét a tárgyak tárgyaira irányuló gondolatoktól.²⁵

A Srí Bhágavatam azt írja, hogy az ember akkor talál rá a Szívében Krisnára, ha mindenre úgy tekint és minden előtt úgy borul le, mintha 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] *dhjánává* [meditációvá] válik – és a *dhjána* 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 *dhjánának* meg kell előznie a megvalósítást – de az már lényegtelen, hogy Istent választja-e *dhjánája* tárgyául, vagy az Önvalót, mert a cél ugyanaz. Önmagát sehogyan sem tudja megkerülni. Mindenben Istent akarja látni, csak 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 Bhágavatam* 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 ő van.*²⁶

A bhaktának szüksége van egy Istenre, akivel szemben a bhaktit gyakorolhatja. Érdemes-e hát felvilágosítani őt arról, hogy nincs imádó és imádott, hanem csak az Önvaló létezik?

Természetesen a *szádhana* megköveteli Isten tételezését. De a *szádhana* végső célja – még a *bhakti-márgában* [az odaadás ösvényén] is – csak a teljes ráhagyatkozás után érhető el. Mit jelent ez, hacsak nem azt, hogy az ego kitörlésével az ember Önmagában marad, mint ahogy mindig is Önmagában volt? Bármelyik

ösvényt válassza is az ember, az »én« – az az »én«, ami a *niskáma karmát* [indíték nélküli tetteket] végrehajtja, az az én, aminek minden vágya, hogy egyesüljön azzal az Úrral, akitől elkülönültnek érzi magát, az az »én«, ami érzi, hogy elveszítette valóságos természetét, és így tovább – megkerülhetetlen. Ennek az »én«-nek a forrását kell felfedezni. Akkor minden kérdés megoldódik. |²⁷

Ha az »én« is csak káprázat, ki az, aki a káprázatot felszámolja?

Az »én« számolja fel az »én« káprázatát – s mégis én marad. Ez az Ön-megvalósítás paradoxonja. Aki már elérte a megvalósítást, ebben semmi ellentmondást nem lát.

Itt van például a *bhakti*. Ísvarához közeledem, és azért imádkozom, hogy elmerülhessek benne. Teljesen átadom magamat neki, és minden figyelmem reá irányítom. Mi marad akkor? A tökéletes ráhagyatkozás hatására az eredeti »én« helyén Isten marad hátra, s így ott már nincs helye semmiféle »én«-nek. Ez az odaadás legmagasabb formája (*parabhakti*); ez a ráhagyatkozás és a *vairágja* [a ragaszkodástól való mentesség] csúcspontja.

Ön [azt mondja, hogy] lemond erről meg arról, ami – mint mondja – az »enyém«. Ha ehelyett lemondana az »én«-ről és az »enyém«-ről, egy csapásra lemondana mindenről. [Ekkor ugyanis] a birtoklás tulajdonképpen magvat zúzná szét. Így a rosszat csírájában fojtaná el, vagyis magát a magot semmisítené meg. Ehhez azonban a szenvtelenségnek (*vairágja*) nagyon erősnek kell lennie. Olyan elszántsággal kell törekednie erre, mint ahogy a víz alá nyomott ember küzd az életet jelentő levegőért. |²⁸

✧ Ó M T A T S Z A T ✧

Fordította Buji Ferenc

Jegyzetek

¹ Angolul *surrender*, szanszkritul *saranágati* (szó szerint: »oltalomkeresés«, »védelemkeresés«). A másik hasonló jelentéstartalmú angol kifejezés, a *devotion* szövegünk szerint a szanszkrit *bhakti* (szó szerint: »részesülés«; értelmileg: »odaadás«, »hódolat«, »alázat«, »szeretet«) megfelelője. Ez utóbbit »odaadás«-sal fordítjuk magyarra. (A fordító megjegyzése.)

² VENKATARAMIAH, p. 285.

³ MUDALIAR 1977, p. 140.

⁴ MUDALIAR 1977, p. 72.

⁵ MUDALIAR 1977, p. 30.

⁶ VENKATARAMIAH, p. 334.

⁷ Idézet a Zsoltárok könyvéből (46,11). (A fordító megjegyzése.)

⁸ Idézet a Kivonulás könyvéből (3,14). (A fordító megjegyzése.)

⁹ VENKATARAMIAH, pp. 322–323.

¹⁰ MUDALIAR 1977, p. 42.

¹¹ VENKATARAMIAH, p. 49.

¹² VENKATARAMIAH, p. 425.

¹³ VENKATARAMIAH, p. 195.

¹⁴ VENKATARAMIAH, p. 175.

¹⁵ E kérdést írásban tették fel Srí Ramanának, aki előbb hangosan felolvasta, majd válaszával a helyiségben tartózkodó emberekhez fordult.

¹⁶ NAGAMMA, pp. 181–183.

¹⁷ VENKATARAMIAH, p. 69.

¹⁸ NAGAMMA, pp. 309–310.

¹⁹ MURUGANAR, vv. 974, 652, 655.

²⁰ VENKATARAMIAH, p. 219.

²¹ VENKATARAMIAH, p. 133.

²² VENKATARAMIAH, p. 69.

²³ MURUGANAR, vv. 658, 657, 521, 520, 721, 1205, 472.

²⁴ NAGAMMA, p. 18.

²⁵ MURUGANAR, v. 683.

²⁶ VENKATARAMAN, p. 24.

²⁷ MUDALIAR 1977, p. 157.

²⁸ VENKATARAMIAH, pp. 29–30.

Bibliográfia

ABHISHIKTANANDA

Abhishiktananda, *The Secret of Arunachala*. New Delhi: ISPCK, 1979

AIYER

Chidambaram Subramanya Aiyer, Quotations from the Maharshi. *The Mountain Path*, vol. XIX. (1982), p. 23. (1982)

BRUNTON [1943]

Paul Brunton, *India titkai*. Budapest: Rózsavölgyi és Társa, [1943] (Baktay Ervin fordítása)

BRUNTON 1984

Paul Brunton, *Conscious Immortality*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1984

COHEN

S. S. Cohen, *Guru Ramana*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1980

MADHAVATIRTHA 1980

S. Madhavatirtha, Conversations with the Maharshi. *The Mountain Path*, vol. XVII. (1980), pp. 211.

MADHAVATIRTHA 1981

S. Madhavatirtha, Conversations with the Bhagavan. *The Mountain Path*, vol. XVIII. (1981), pp. 153–155.

MUDALIAR 1970

Devaraja Mudaliar, *My Reminiscences*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1970

MUDALIAR 1977

Devaraja Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1977

MUNI

Ganapati Muni, *Sri Ramana Gita*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1977

MURUGANAR

Muruganar, *Guru Vachaka Kovai* (Sadhu Om publikátatlan fordítása), Tiruvannamalai

NAGAMMA

Suri Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1973

NATANANANDA

Sadhu Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1974

OM 1980

Sadhu Om, *Guru Vachaka Kovai (Urai)*. New Delhi: Sri Ramana Kendra, 1980

OM 1981A

Sadhu Om, *The Path of Sri Ramana I*. Varkala (Kerala): Sri Ramana Kshetra, 1981²

OM 1981B

Sadhu Om, Ulladu Narpadu – Kalivenba. *The Mountain Path*, vol. XVIII. (1981), pp. 217–222.

OM (TR.)

Sadhu Om (tr.), *The Original Writings of Sri Ramana* (publikátatlan fordítás)

OSBORNE 1972

Arthur Osborne (ed.), *The Collected Works of Ramana Maharshi*. London: Rider and Company, 1972

OSBORNE 1979

Arthur Osborne, *Ramana Maharshi and the Path of Self Knowledge*. Bombay: BI Publications, 1979

SASTRI

Kapali Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1975

SPENSER

M. Spenser, Sri Bhagavan's letter to Ganapati Muni. *The Mountain Path*, vol. XIX. (1982), pp. 95–101.

SWARNAGIRI

Ramanananda Swarnagiri, *Crumbs from his Table*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1981

VENKATARAMAN

T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1979

VENKATARAMIAH

Munagala Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1978

»WHO«

»Who« [Lakshmana Sarma], *Maha Yoga*. Tiruvannamalai: Sri Ramanasramam, 1973⁷