

Ramana Maharshi

Fii ceea ce ești

Volum editat de
DAVID GODMAN

Traducere din limba engleză de
MARIAN STAN

EDITURA  HERALD
București

MULȚUMIRI

Ashramului Sri Ramana pentru permisiunea de a retipări fragmente din cele mai multe cărți menționate în bibliografie.

Editurii Rider & Co., Londra, pentru permisiunea de a retipări un fragment din volumul *A Search in Secret India*.

Lui Sadhu Om pentru permisiunea de a retipări materiale din volumul *The Path of Sri Ramana* și pentru permisiunea de a folosi și adapta traducerile sale nepublicate din scrierile lui Sri Ramana Maharshi și Guru Vachara Kovai.

Lui Michael James pentru ajutorul acordat în adaptarea versetelor din *Guru Vachara Kovai* și pentru sfaturile constructive pe care mi le-a dat pe întreaga durată a pregătirii acestei cărți.

Cuprins

PRIMA PARTE

Sinele	15
1. Natura Sinelui	17
2. Conștientizarea Sinelui și ignorarea Sinelui	33
3. Cel care a realizat Sinele (<i>jnani</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. Mantrele și <i>japa</i>	201
12. Viața în lume	215
13. Yoga	231

PARTEA A CINCEA	
Experiența	249
14. <i>Samadhi</i>	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



Introducere

În 1896, un elev în vârstă de 16 ani și-a părăsit familia și, animat de o dorință nestăvilită, a ajuns în cele din urmă la Arunachala, muntele sacru și centrul de pelerinaj din sudul Indiei. Imediat după sosire, acesta s-a debarasat de toți banii și lucrurile pe care le avea, abandonându-se unui nou mod de percepție, care l-a făcut să descopere că natura lui reală era conștiința lipsită de formă și immanentă. Era atât de intens absorbit în această stare de conștiință, încât își ignora complet propriul trup și lumea; insectele au început să-i roadă picioarele, iar corpul i s-a șubrezit deoarece nu era decât arareori într-o stare de conștiință care să-i permită a se hrăni, părul și unghiile crescându-i până la dimensiuni stânjenitoare. După doi sau trei ani în această stare, și-a redobândit lent normalitatea fizică, proces care nu s-a încheiat decât după câțiva ani. Percepția de sine ca pură conștiință nu a fost influențată de această transformare fizică, ea continuând fără întrerupere și cu aceeași intensitate tot restul vieții. În limbaj hindus, el „realizase Sinele”; cu alte cuvinte, cunoscuse printr-o experiență directă că nu există nimic în afară de o conștiință indivizibilă și universală care era resimțită, în forma ei nemanifestată, ca ființare pură sau conștiință, iar în forma ei manifestată, ca aparență a universului.

De regulă, această percepție este dobândită doar după o lungă și anevoioasă perioadă de practică spirituală, dar în cazul de față ea s-a ivit spontan, fără vreun efort sau vreo dorință în acest sens. Venkataraman, școlarul de 16 ani, era singur în camera de la etaj din casa unchiului său, aflată la Madurai (în apropiere de extremitatea sudică a Indiei), când a fost copleșit brusc de o intensă teamă de moarte. În următoarele câteva minute, a traversat experiența unei morți simulate în timpul căreia a conștientizat pentru prima dată faptul că natura sa reală era nepieritoare și că nu avea legătură cu trupul, sufletul sau personalitatea. Mulți oameni au relatat experiențe similare, dar, aproape invariabil, ele sunt temporare. În cazul lui Venkataraman, experiența a fost permanentă și ireversibilă. Din acea clipă, el a încetat să se mai perceapă ca o persoană individuală, iar acest tip de percepție nu a mai apărut niciodată.

Venkataraman nu a povestit nimănui experiența avută și vreme de șase săptămâni s-a prefăcut a fi un școlar ca oricare altul. Totuși, acest rol i-a fost tot mai greu de jucat, iar la capătul celor șase săptămâni, și-a părăsit familia și a plecat direct spre muntele sacru Arunachala.

Alegerea muntelui Arunachala nu a fost deloc întâmplătoare. Pe tot parcursul scurtei sale vieți asociase mereu numele de Arunachala cu Dumnezeu și a fost o adevărată revelație pentru el să descopere că nu era vorba despre vreun tărâm celest, ci de un loc de pe pământ. De multă vreme, hindușii considerau muntele ca pe o manifestare a zeului hindus Shiva, iar Venkataraman spunea adesea că puterea spirituală a lui Arunachala a fost cea care l-a făcut să realizeze Sinele. El îndrăgea atât de mult acest munte încât, din ziua când a sosit, în

1896, până când a murit, în 1950, nu s-a îndepărtat niciodată la o distanță mai mare de 3 kilometri de la poalele lui.

După câțiva ani petrecuți pe versanții lui, modalitatea de percepție pe care o avea a început să se manifeste ca iradiere spirituală în exterior. Această iradiere a atras un mic cerc de discipoli și, chiar dacă Venkataraman rămânea tăcut mai tot timpul, a început să-i învețe pe ceilalți. Unul dintre primii săi discipoli, impresionat de sfințenia și de înțelepciunea pe care le vădea tânărul, a hotărât să-i dea numele de Bhagavan Sri Ramana Maharshi – Bhagavan înseamnă Domn sau Dumnezeu, Sri este un titlu onorific indian, Ramana este o contragere a numelui Venkataraman, iar Maharshi înseamnă „mare văzător” în sanscrită. Numele a plăcut celorlalți discipoli, devenind nu peste mult timp titlul sub care el a fost cunoscut în lume.

În această etapă a vieții sale, Sri Ramana vorbea foarte puțin, iar învățăturile sale erau transmise într-o modalitate neobișnuită. În loc să dea instrucțiuni verbale, el emana constant o forță tăcută care liniștea mințile celor aflați în rezonanță cu ea, dându-le, uneori, experiența directă a stării în care el însuși era cufundat mereu. Cu trecerea anilor, Ramana a devenit mai dornic să ofere învățături pe cale verbală, însă chiar și atunci, învățăturile tăcute se aflau tot timpul la dispoziția celor capabili să le folosească așa cum se cuvenea. De-a lungul întregii sale vieți, Sri Ramana a insistat că fluxul tăcut de putere îi reprezenta învățăturile în forma lor cea mai directă și concentrată. Importanța acestui aspect este sugerată de frecvențele sale afirmații care lăsausă se înțeleagă că învățăturile sale verbale erau destinate doar celor care nu puteau să-i înțeleagă tăcerea.

Cu trecerea anilor, el a devenit din ce în ce mai faimos, în jurul lui formându-se o adevărată comunitate. Mii de vi-

zitari veneau să-l vadă, în ultimii 20 de ani de viață fiind considerat cel mai popular și venerat sfânt al Indiei. Unii dintre acești vizitatori erau atrași de pacea pe care o simțeau în prezența lui, alții de modul concludent în care îi călăuzea pe căutătorii spirituali și interpreta doctrinele religioase, iar alții veneau pur și simplu pentru a-i împărtăși problemele. Indiferent de motivele pentru care veneau, aproape toți cei ce intrau în contact cu el erau impresionați de simplitatea și smerenia lui. Ramana se punea la dispoziția vizitatorilor 24 de ore pe zi, locuind și dormind într-o sală accesibilă tuturor, singurele lucruri pe care le posedă fiind o bucată de pânză purtată în jurul coapselor, un urcioc pentru apă și un baston. Chiar dacă mii de oameni îl venerau ca pe un Dumnezeu în carne și oase, el nu îngăduia nimănui să îl trateze ca pe cineva deosebit, refuzând să accepte orice lucru de care nu se puteau bucura în egală măsură toți cei din ashramul lui. Ramana a luat parte la muncile din comunitate și vreme de mulți ani s-a trezit la 3 dimineața pentru a pregăti hrana celor ce locuiau în ashram. Simțul echității pe care îl dovedea era legendar. Când veneau vizitatorii să-l vadă – și nu conta dacă erau personalități, țărani sau animale – ei erau tratați cu același respect și considerație. El avea grijă ca până și arborii să fie tratați astfel, descurajându-și discipolii care doreau să culeagă flori sau să rupă frunze, asigurându-se ca fructele luate din arborii ashramului să fie culese provocând copacilor cea mai mică suferință posibilă.

În toată această perioadă (1925-50), viața ashramului a gravitat în jurul micii săli unde Sri Ramana locuia, dormea și își primea discipolii. El își petrecea ziua așezat într-un colț, radiind puterea sa tăcută și răspunzând simultan la întrebările venite din partea vizitatorilor ce nu încetau să sosească din

toate părțile globului. El nu-și așternea decât arareori ideile pe hârtie, astfel că replicile pe care le dădea în această perioadă a vieții sale (de altfel, perioada din care avem cele mai multe mărturii) reprezintă cea mai bogată sursă de informații aflată încă la dispoziția noastră.

Aceste învățături orale erau cât se poate de concludente, ele provenind dintr-o cunoaștere nemișlocită a faptului că singura realitate existentă este conștiința. Prin urmare, toate explicațiile și instrucțiunile sale erau croite special pentru a-i convinge pe discipoli că aceasta era starea lor reală și firească. Puțini discipoli erau în stare să asimileze acest adevăr în forma sa cea mai înaltă și nediluată, așa că Ramana își adapta deseori învățăturile pentru a corespunde înțelegerii mărginite a oamenilor care veneau să-i ceară sfaturi. Iată de ce se pot distinge multe niveluri ale învățăturilor sale. La nivelul cel mai înalt care poate fi exprimat în cuvinte, el putea să spună că numai conștiința există. Dacă această învățătură era primită cu scepticism, el spunea că percepția adevărului era umbrită de ideile autolimitante ale minții și că realitatea conștiinței va ieși la iveală dacă aceste idei ar fi abandonate. Cei mai mulți dintre discipolii săi considerau că o asemenea abordare elevată era puțin prea teoretică – ei erau atât de profund cufundați în idei autolimitante, încât Ramana îi încuraja să creadă că simțeau că adevărul legat de conștiință li se va revela doar după ce se vor supune unei îndelungi practici spirituale. Pentru a multor asemenea oameni, Sri Ramana recomanda o metodă novatoare de atenție de sine pe care o numea investigarea de sine. El a recomandat această tehnică atât de frecvent și cu atâta insistență, încât mulți oameni o consideră elementul specific al învățăturilor sale.

Chiar și așa, mulți oameni nu erau mulțumiți, continuând să ceară sfaturi și alte metode și încercând să-l angreneze în discuții filosofice de factură teoretică. Cu astfel de oameni, Sri Ramana își abandona vremelnice perspectiva absolută și dădea sfaturile adecvate la nivelul la care i se cereau. Dacă, în aceste împrejurări, el părea să accepte și să aprobe multe dintre concepțiile greșite pe care mulți vizitatori le aveau în legătură cu ei înșiși, era numai pentru a le atrage atenția asupra vreunui anumit aspect al învățăturilor sale care i-ar fi putut ajuta să înțeleagă mai bine adevăratele sale concepții.

Această metodă de a-și modifica învățăturile pentru a răspunde la nevoile unor oameni diferiți a dus inevitabil la multe contradicții. El putea, de exemplu, să spună cuiva că sinele individual este inexistent, iar apoi să ofere altcuiva o descriere detaliată a felului cum funcționează sinele individual, cum acumulează *karma* și cum se reîncarnează. Un observator ar putea spune că, deși contradictorii, ambele afirmații pot fi adevărate când sunt privite din perspective diferite, dar este limpede că cea dintâi are o mai mare valabilitate când este privită din perspectiva absolută a experienței proprii pe care a avut-o Sri Ramana. Această perspectivă, rezumată de afirmația că numai conștiința există, este, în cele din urmă, singurul etalon cu ajutorul căruia putem evalua într-o manieră realistă adevărul relativ al afirmațiilor sale profund diferite și contradictorii. În măsura în care acestea din urmă se abat de la perspectiva absolută, putem presupune că ele sunt forme atenuate ale adevărului.

Ținând seama de asta, am încercat să structurez materialul prezentului volum astfel încât învățăturile sale cele mai elevate să fie prezentate la început, iar cele mai puțin importante

sau mai diluate, la sfârșit. Singura excepție este un capitol în care Sri Ramana vorbește despre învățăturile lui tăcute. Acest capitol s-ar fi convenit să fie mai pe la început, dar, din mai multe motive, am considerat că este mai potrivit să-l inserez pe la mijlocul cărții.

M-am hotărât să structurez astfel cartea din două motive. Mai întâi, pentru a-i oferi cititorului o șansă de a estima importanța ideilor prezentate. Al doilea – și principalul – motiv are la bază faptul că aceasta era metoda de predare favorită a lui Sri Ramana. Când veneau la el diverși vizitatori, Ramana încerca întotdeauna să-i convingă de adevărul celor mai înalte dintre învățăturile sale. Doar dacă ei nu erau dispuși să le accepte, răspunsurile sale se nuanțau și începea să vorbească de la un nivel mai relativ.

Învățăturile au fost prezentate sub forma unei serii de întrebări și răspunsuri în care Sri Ramana își rezumă felul în care privește diverse subiecte. Fiecare capitol este dedicat unui subiect și fiecare subiect este prefațat de câteva comentarii introductive sau explicative. Întrebările și răspunsurile care alcătuiesc cea mai mare parte a fiecărui capitol au fost preluate dintr-o multitudine de surse și reunite astfel încât să dea impresia unei conversații coerente. Am fost obligat să folosesc această metodă deoarece nu există discuții ample și nefragmentare care să acopere întregul spectru al concepțiilor sale asupra unui anumit subiect. Pentru cei interesați, toate sursele citatelor care alcătuiesc conversațiile sunt enumerate la sfârșitul cărții.

De obicei, Sri Ramana răspundea întrebărilor într-una dintre cele trei limbi care se vorbesc în sudul Indiei: tamila, telugu și malayama. Nu s-au făcut înregistrări pe bandă de

magnetofon, cele mai multe dintre răspunsurile lui fiind scrise la rezezeală în engleză de către interpreții lui oficiali. Deoarece unii dintre acești interpreți nu cunoșteau foarte bine limba engleză, unele transcrieri au fost presărate cu greșeli gramaticale sau scrise într-o engleză stilizată care îl face uneori pe Sri Ramana să sune ca un englez infatuat din perioada victoriană. M-am abătut de la textele publicate, corectând câteva dintre cele mai nefericite exemple de acest tip; în aceste cazuri, s-a schimbat doar modul de expresie, semnificația rămânând nealterată. De asemenea, am contras unele întrebări și răspunsuri pentru a elimina material care se îndepărta prea mult de subiectul aflat în discuție. În carte, întrebările sunt precedate de un „Î:” iar răspunsurile lui Sri Ramana de un „R:”

Textele originale de unde au fost extrase aceste discuții sunt caracterizate de o mare abundență a majusculilor. Am eliminat cele mai multe dintre acestea, lăsând ca numai trei termeni să fie întotdeauna scriși cu majuscule: Guru, Sine și Inimă. Sri Ramana a folosit deseori acești termeni ca sinonime pentru conștiință iar ori de câte ori această semnificație este prezentă implicit am păstrat scrierea cu majusculă pentru a evita confuziile.

Găsim la sfârșitul cărții un glosar complet al termenilor sanscriți care nu sunt traduși în text. Același glosar conține, de asemenea, scurte descrieri ale unor oameni, locuri și texte sacre menționate în text și care sunt mai puțin familiare. Uneori, Sri Ramana folosește termenii sanscriți în modalități insolite. De câte ori procedează astfel în această carte, am ignorat definițiile standard din dicționare, dând în schimb o definiție ce reflectă mai exact semnificația avută în vedere.

Karma, destinul și liberul-arbitru

Teoria referitoare la *karma* se regăsește în multe religii orientale. În accepțiunea curentă, se vorbește despre existența unui sistem universal de ținere a evidenței în cadrul căruia fiecare individ trebuie să suporte consecințele tuturor acțiunilor sale [*karma*]; acțiunile bune aduc după ele rezultate bune, iar acțiunile rele aduc inevitabil suferință celui care le înfăptuiește. Conform teoriei, consecințele acțiunilor [numite și *karma*] nu sunt resimțite neapărat în viața prezentă, ele putând fi transferate în viețile viitoare. Din această cauză, s-a vorbit despre câteva subdiviziuni ale *karmei*. Următoarea clasificare ce era folosită de Sri Ramana se regăsește în multe școli de gândire hinduse:

- 1 *Sancita karma*. Rezerva de datorii *karmice* acumulate din nașterile anterioare.
- 2 *Prarabdha karma*. Acea parte din *sancita karma* care trebuie actualizată în viața prezentă. Întrucât legea *karmei* implică determinismul în sfera activităților umane, termenul *prarabdha* este adesea tradus prin „destin”.
- 3 *Agami karma*. *Karmă* nouă, acumulată în viața prezentă și care este transferată spre viețile viitoare.

Sri Ramana accepta validitatea legilor *karmice*, dar spunea că ele sunt aplicabile doar atât timp cât cineva își imaginează că este separat de Sine. El spunea că, la acest nivel (nivelul unui

ajnani), indivizii vor trece printr-o serie de activități și experiențe predeterminate, toate nefiind decât consecințele acțiunilor și gândurilor anterioare. Sri Ramana afirma uneori că fiecare act și experiență din viața cuiva sunt determinate la naștere și că singura libertate pe care o avem este de a realiza că nu există nimeni care să acționeze și nimeni care să aibă respectivele experiențe. Cu toate acestea, odată ce realizăm Sinele, nu mai există nimeni care să resimtă consecințele acțiunilor, astfel că întregul eșafodaj al legilor *karmice* devine superfluu.

Sri Ramana privea legea *karmei* ca pe o manifestare a voinței lui Dumnezeu. El spunea că, înainte de realizarea Sinelui, există un Dumnezeu personal, *Iswara*, care controlează destinul fiecărei persoane. *Iswara* este cel care a rânduit că fiecare trebuie să suporte consecințele acțiunilor sale și tot *Iswara* alege succesiunea de activități prin care fiecare trebuie să treacă în fiecare viață. Nu poți scăpa de autoritatea lui *Iswara* atâta vreme cât te mai identifiți cu activitățile corpului. Singurul mod de a te elibera de sub această autoritate este să depășești complet *karma*, realizând Sinele.

Î: *Este posibil să depășești, chiar în timp ce trupul există, acea prarabdha karma despre care se spune că durează până la dispariția corpului?*

R: Da. Dacă agentul de care depinde *karma*, adică eu, care s-a ivit undeva între corp și Sine, se contopește în sursa lui, pierzându-și forma, cum poate supraviețui *karma* care depinde de el? Când nu există „eu” nu există *karma*¹.

Î: *Se spune că prarabdha karma este doar o mică parte a karmei acumulate din viețile anterioare. Este adevărat?*

¹ S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 21.



Glosar

<i>advaita</i>	Nondualitate: de asemenea, o subdiviziune a sistemului filosofic <i>vedanta</i> .
<i>ahamkara</i>	Eul.
<i>aham-vritti</i>	ideea de „eu”.
<i>ajapa</i>	repetiția nerostită și involuntară a numelui lui Dumnezeu.
<i>ajata</i>	Noncauzalitate: vezi introducerea la capitolul 21.
<i>ajnana</i>	Ignoranță, contrariul lui <i>jnana</i> .
<i>ajnani</i>	Cel care nu a realizat Sinele.
<i>ananda</i>	Beatitudine.
<i>Aparoksha Anubhuti</i>	O lucrare despre realizarea Sinelui atribuită lui Sankara.
Arjuna	Cel ce primește învățăturile lui Krishna în <i>Bhagavat Gita</i> .
Arunachala	Muntele sacru din sudul Indiei unde Sri Ramana și-a petrecut toată viața adultă.
<i>asana</i>	Postură sau loc: vezi introducerea la capitolul 13.
<i>atman</i>	Sinele.
<i>atma-vichara</i>	Investigarea de sine.

<i>avidya</i>	Ignoranță.
<i>Bhagavad Gita</i>	O parte a epopeii <i>Mahabharata</i> în care Krishna, o incarnare a lui Vishnu, îi dă sfaturi lui Arjuna.
<i>Bhagavata</i>	Numit și <i>Bhagavatam</i> ; un text puranic referitor la viața și învățăturile lui Krishna.
<i>bhakta</i>	devot.
<i>bhakti</i>	devoțiune.
Blavatsky, H. P.	Ocultistă rusă, fondatoarea teosofiei.
Brahma	Zeul hindus care este creatorul universului, el este una dintre cele trei zeități principale din hinduism.
<i>Brahma-jnana</i>	Cunoașterea lui <i>Brahman</i> .
<i>Brahman</i>	Absolutul impersonal în tradiția hindusă.
Brindavan	Un loc din nordul Indiei unde a locuit pe vremuri Krishna.
Chaitanya	Un sfânt hindus din secolul al XVI-lea, bine cunoscut pentru devoțiunea sa față de Krishna.
<i>Chakra</i>	Centru subtil din corp: vezi introducerea la capitolul 13.
<i>Cit</i>	conștiință.
Courtallam	Un mic oraș din sudul Indiei.
Dattatreya	Un înțelept menționat în câteva <i>purane</i> ; nu se știu prea multe în legătură cu perioada sau locul în care a trăit, dar îi este atribuită lucrarea <i>Avadhuta Gita</i> , de factură <i>advaitică</i> .
<i>dehatma buddhi</i>	ideea că „eu sunt corpul”.
<i>dhyana</i>	Meditație.