

Γιάννη Μανέππα

# Η ΟΥΣΙΑ ΤΗΣ ΒΕΔΑΝΤΑ

## Περιεχόμενα

Η μαρτυρία των Βεδών .....	3
Ο σκοπός των κλασικών φιλοσοφικών συστημάτων της Ινδίας .....	4
Οι σχολές της Βεδάντα .....	6
Ντβάιτα Βεδάντα .....	8
Βισίστ-αντβάιτα Βεδάντα.....	8
Αντβάιτα Βεδάντα .....	9
Μερικές διδακτικές τεχνικές .....	9
1. Τρεις παρομοιώσεις.....	10
2. Τρεις καταστάσεις .....	11
3. Πέντε Περιβλήματα.....	12
Οι τέσσερις πρακτικές μέθοδοι (Γιόγκας).....	13
Οι κοινές αντιλήψεις των βεδαντικών σχολών .....	14
ΠΙΝΑΚΕΣ	
Τρεις καταστάσεις .....	18
Ενώματη συνείδηση.....	19
Τα εμπόδια στη συγκέντρωση .....	20



Κύκλος Μελέτης της Βεδάντα  
Αθήνα 2004-2012

Ομιλία στο  
Εσωθέατρο  
Ακταίου 3, Θησείο  
8 Μαρτίου 2004

© Γιάννης Μανέττας

*Σχετικές εκδόσεις*

(σε μετάφραση Γιάννη Μανέττα)  
στις Εκδόσεις Κονιδάρη,  
Τοσίτσα & Μπουμπουλίνας 1Α, Αθήνα

**ΓΚΝΙΑΝΑ ΓΙΟΓΚΑ** του Σουάμι Βιβεκάναντα. Κατανοητή, απαραίτητη εισαγωγή στη βεδαντική σκέψη – στη φιλοσοφία των Ουπανισάδων.

**ΡΑΤΖΑ ΓΙΟΓΚΑ** του Σουάμι Βιβεκάναντα. Τα *Γιόγκα Σούτρας* του Πατάντζαλι – το αρχαίο εγχειρίδιο για τη νοερή συγκέντρωση, με εκτενή εισαγωγή και ερμηνευτικά σχόλια.

**ΜΠΧΑΚΤΙ ΓΙΟΓΚΑ** του Σουάμι Βιβεκάναντα. Η διαχείριση του συναισθήματος ως προσέγγιση στο Θεό. Σε παράρτημα: τα *Μπχάκτι Σούτρας* του Νάραντα.

**ΚΑΡΜΑ ΓΙΟΓΚΑ** του Σουάμι Βιβεκάναντα. Η τέχνη της χωρίς προσκολλήσεις εργασίας.

**Η ΕΠΙ ΤΟΥ ΟΡΟΥΣ ΟΜΙΛΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗ ΒΕΔΑΝΤΑ** του Σουάμι Πραμπχαβάναντα. Ένας μοναχός του Τάγματος του Σρι Ραμακρίσνα παρουσιάζει τις διδασκαλίες του Ιησού Χριστού με τρόπο που σε εμπνέει να τις εφαρμόσεις.

**ΟΙ ΘΕΜΕΛΙΩΔΕΙΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΕΣ ΤΗΣ ΙΝΔΙΑΣ** του Theos Bernard. Επιτομή των έξι κλασικών 'συστημάτων' και του Κασμιρικού Σιβαισμού.

**ΕΝΝΙΑ ΟΥΠΑΝΙΣΑΔΕΣ**. Εννιά από τις 11 πιο έγκυρες, με παραδοσιακές ερμηνευτικές σημειώσεις. Οι πρωταρχικές πηγές της ινδικής Σκέψης.

**ΜΑΧΑ ΓΙΟΓΚΑ**. Οι διδασκαλίες του Σρι Ράμανα Μαχάρσι (1879 – 1950) στο φως των Ουπανισάδων – το αληθινό νόημα του «γνώθι σαυτόν».

*Προσφορά του*

Γιάννη Μανέττα  
Μπέλες 28 (Κουκάκι)  
117 41 Αθήνα  
Τηλ 210 9234682  
e-mail: [jmanveda@otenet.gr](mailto:jmanveda@otenet.gr)  
ιστοχώρος: [www.vedanta.gr](http://www.vedanta.gr)

## Η ΟΥΣΙΑ ΤΗΣ ΒΕΔΑΝΤΑ

### Η μαρτυρία των Βεδών

Η λαχτάρα για το άπειρο, για την υπέρβαση, την επέκταση, είναι βαθιά ριζωμένη στην καρδιά του ανθρώπου. Δεν είναι λοιπόν καθόλου τυχαίο ότι στις Βέδες, η ύψιστη υπερβατική Πραγματικότητα αποκαλείται «Μπράχμαν», δηλ. «το Απέραντο».

Κάτι λοιπόν σπρώχνει τον άνθρωπο να αναζητήσει τη λύση του μυστηρίου του σύμπαντος. Κάποια στιγμή—σε καταστάσεις ηρεμίας ή και απελπισίας—του γεννιούνται ερωτήματα αναφορικά με ό,τι αντιλαμβάνεται μέσα του (στο μικρόκοσμο) και έξω του (στο μακρόκοσμο) και θέλει να μάθει από πού όλα προέρχονται, πώς προήλθαν και ποιος είναι ο σκοπός της προέλευσής τους.

Οι αρχαιότερες γνωστές στον κόσμο μεθοδικές καταγραφές τέτοιων αναζητήσεων και των ευρημάτων τους, υπάρχουν στις Βέδες—τις αρχαιότερες Γραφές των Ινδών—και ειδικότερα στις Ουπανισάδες, το έσχατο τμήμα τους, που είναι γνωστό ως «**Βεδάντα**» [τέλος των Βεδών]. Οι Βέδες δεν είναι προϊόντα κοινής ποιητικής ή λογοτεχνικής συγγραφής, αλλά καταγραφές, συχνά με αλληγορικό τρόπο, της εξ αποκαλύψεως Αλήθειας που ανακάλυψαν διαισθαντικά οι ενορατικοί σοφοί [οι Rishis], με την υπερσυνειδητή εμπειρία τους.

Από αυτές τις πηγές, που μερικές φορές έχουν το ύφος σύγχρονων επιστημονικών αναφορών, μαθαίνουμε ότι οι Ινδοί, από αρχαιότατους χρόνους, ανακάλυψαν μια πολύ απλή και παγκόσμια αλήθεια: πως **μόλις ο νους του ανθρώπου «καθαρθεί»**—μόλις δηλ. ησυχάσει εντελώς και παύσουν να φυτρώνουν σκέψεις—**αποκαλύπτεται η τελική υπερβατική Πραγματικότητα** που είναι το υπόβαθρο του σύμπαντος κόσμου και της ίδιας μας της ύπαρξης. Μας αποκαλύπτεται—η μια και μοναδική Αλήθεια που οι σοφοί και οι θεϊστές αποκαλούν διαφορετρόπως—η μια και μοναδική Αλήθεια που φανερώνεται όπως και όποτε Εκείνη θέλει, είτε ως Απρόσωπο Απόλυτο είτε ως Προσωπικός Θεός. Διαπιστώθηκε επίσης, πως όποιος επιτυγχάνει αυτό το τέλος, αμέσως και για πάντα παύει να νομίζει ότι είναι σώμα και νους, νιώθει καθαρό Πνεύμα, εντελώς απαλλαγμένο από πόθο και φόβο και από την οδύνη που αυτά γεννούν—και ως εκ τούτου αθάνατος.

Από τις ίδιες πηγές επίσης πληροφορούμαστε για ορισμένες μεθόδους που συμβάλλουν στο ησυχασμα του νου:

είτε καταφατικές (νοερή προσήλωση στον Προσωπικό Θεό, τελετουργική λατρεία, αδιάλειπτη προσευχή, κ.λπ. – για την πλειονότητα των ανθρώπων)

είτε αποφατικές (αναζήτηση του Αληθινού, με προσήλωση στο Απρόσωπο Απόλυτο μαζί με ταυτόχρονη απόρριψη του μη αληθινού – για τους λίγους που έχουν τα προσόντα).

Και η παράδοση δεν καλεί τον Ινδό απλώς να πιστέψει αυτά που δηλώνουν οι Γραφές, αλλά να τις αποδεχτεί ως **αξιόπιστη μαρτυρία** έως ότου τις **επαληθεύσει ο ίδιος**, μέσα από τον ενδεδειγμένο πνευματικό αγώνα και ηθικό βίο.

Έτσι, πειραματικά, αντιλαμβάνονται οι Ινδοί τη Βέδα – ακόμα και σήμερα. Αν υπάρχει Προσωπικός Θεός, αν υπάρχει Θεός που διαποτίζει τα πάντα, αν υπάρχει υπερβατικό Απόλυτο, λένε, πρέπει να το γνωρίσω άμεσα, εγώ ο ίδιος, εδώ και τώρα, όχι κάποτε στο μέλλον – διαφορετικά η πληροφορία είναι άχρηστη. Και ο πιο αξιόπιστος και πειστικός πληροφοριοδότης δεν είναι κάποιος κείμενο, αλλά ο σπανιότατος γνώστης της Αλήθειας, ο ‘Θεοφόρος’. Οι άνθρωποι εμπνέονται από το ζωντανό πρότυπο των αγιασμένων, των τέλειων – που, όπως βλέπουμε από την ιστορία, ουδέποτε έλειψαν από τον κόσμο μας.

### Ο σκοπός των κλασικών φιλοσοφικών συστημάτων της Ινδίας

Η Βεδάντα (οι Ουπανισάδες) λοιπόν θέτει μπροστά στον άνθρωπο το ιδανικό να απαλλαγεί από το πέπλο της πλάνης που του κρύβει το Θείο και να ανακαλύψει την ενυπάρχουσα σ’ αυτόν Θειότητα. Γι’ αυτό το σκοπό, όπως σε κάθε άλλο τομέα, ο άνθρωπος έχει ανάγκη από καθοδήγηση και εκπαίδευση, στο οποίο συμβάλλουν τα έξι κλασικά φιλοσοφικά συστήματα της Ινδίας, οι Έξι Ντάρσανας [οι Έξι ‘Οπτικές’ ή προσεγγίσεις], που έχουν ρίζες στις πρωταρχικές Γραφές, τις Βέδες.<sup>1</sup>

Για να διανοηθούμε και να θεολογήσουμε ορθολογικά και να πειστούμε διανοητικά για την ορθότητα των εξ αποκαλύψεως Αληθειών, έχουμε ανάγκη από βασικές γνώσεις γνωσιο-

<sup>1</sup> Δείτε: *ΟΙ ΘΕΜΕΛΙΩΔΕΙΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΕΣ ΤΗΣ ΙΝΔΙΑΣ*. Αθήνα, 1996. Εκδόσεις Κοιλάκη.

λογίας. Αυτές παρέχονται από το σύστημα **Νγιάγια** [Nyāya], του οποίου οι πανάρχαιοι κανόνες για τη χρήση του ορθού λόγου κωδικοποιήθηκαν περί το 550 π.Χ. Αυτοί οι κανόνες, με κάποιες παραλλαγές, είναι σήμερα αποδεκτοί από όλες τις σχολές της Ινδίας. Βασικά μιλάμε για την *άμεση αντίληψη* και το *συμπέρασμα* (που αφορούν τα ορατά) και την *αξιόπιστη μαρτυρία* (που αφορά τα αόρατα – εγκόσμια και υπερκόσμια). Είναι ανάγκη να μπορούμε να εντοπίζουμε τις παγίδες των όσων ευαγγελίζονται ανύπαρκτα ή αναπόδεικτα πράγματα με τη βοήθεια του ορθού λόγου.

Χρειαζόμαστε επίσης κάποιες ταξινομημένες γνώσεις για την εμπειρική δομή του σύμπαντος και του ψυχοσωματικού μας οργανισμού. Αυτές μας παρέχονται από το σύστημα **Σάνκχγια** (Sāṅkhya), που ‘απογράφει’ το σύμπαν και διαπιστώνει 24 κατηγορίες –επίσης αποδεκτές από όλες τις βεδαντικές σχολές. Η Σάνκχγια ξεκινάει από δύο εντελώς διαφορετικές αρχές: τον *Πούρουσα* και την *Πρακρίτι* ( το Παγκόσμιο Πρόσωπο και την Αρχέγονη Φύση –το Πνεύμα και την Ύλη ) που ήδη αναφέρονται στις Ουπανισάδες. Αυτό το δυϊστικό και αθεϊστικό σύστημα μάς είναι εύκολα κατανοητό επειδή φωτογραφίζει το γνωστό σε κάθε άνθρωπο φαινόμενο του υποκειμένου και του αντικειμένου, του **εαυτού** (του *Ātman*) και του **μη εαυτού** (του *an-ātman*), του θεατή και του θεάματος, που θα ερευνήσει περαιτέρω η **Βεδάντα**, το έκτο φιλοσοφικό σύστημα.

Το φιλοσοφικό σύστημα **Γιόγκα** [Yoga] – καμία σχέση με τις σωματικές ασκήσεις Χάτχα Γιόγκα –που κωδικοποιήθηκε από τον Μαχαρίσι Πατάντζαλι (προ του 1400 π.Χ., κατά τον Σουάμι Βιβεκάναντα) επιστημονικά περιγράφει τις εφαρμογές της απόλυτης συγκέντρωσης και πώς αυτή επιτυγχάνεται. Όποιος, με οποιοδήποτε τρόπο και σε οποιαδήποτε πνευματική παράδοση ανά τον κόσμο, αγωνίζεται πνευματικά για να ησυχάσει το νου του, θα παρουσιάσει σταδιακά –καθώς βαθαίνει η συγκέντρωσή του– τα **συμπνώματα** που αναφέρει το εγχειρίδιο του Πατάντζαλι. [Τα *Γιόγκα Σούτρας* υπάρχουν σε ελληνική μετάφραση, με εκτενή εισαγωγή και επεξηγηματικά σχόλια του Σουάμι Βιβεκάναντα, στο έργο ΡΑΤΖΑ ΓΙΟΓΚΑ. Εκδόσεις Κονιδάρη, Αθήνα].

Το σύστημα Γιόγκα είναι η ψυχολογική προέκταση στον άνθρωπο των ίδιων παγκόσμιων κατηγοριών που ‘απαριθμεί’ το

**Σάνκχγια**, και οι νοερές ασκήσεις καθιστούν τον άνθρωπο ικανό να συνειδητοποιήσει ότι είναι στην ουσία Πνεύμα, Συνειδηση απεριόριστη, ο αιώνιος ΘΕΑΤΗΣ.

Όλες λοιπόν οι ινδικές φιλοσοφικές σχολές, είτε βεδικές είτε μη βεδικές—δηλαδή, οι Βεδαντιστές (θεϊστές και μη), οι Βουδιστές και οι Τζαϊνιστές—καθώς και το ινδουϊστικό τελετουργικό τυπικό, με διάφορους τρόπους επιδίδονται μεθοδικά σε ασκήσεις επικεντρώσεως της προσοχής, στη (νοερή) Γιόγκα.

Για τον Ινδό, ο όρος ‘Γιόγκα’ σημαίνει πρωτίστως ‘τελείωση’, δηλαδή αποκάλυψη της έσχατης Πραγματικότητας, την ‘ένωση’, την ‘ενοποίηση’ με το Θεό, **και** τις μεθόδους νοερής κάθαρσης για την επίτευξη αυτού του σκοπού. Αυτό το διπλό νόημα γεννάει κάποια σύγχυση στον απληροφόρητο δυτικό, για τον οποίο ‘Γιόγκα’ συνήθως σημαίνει σωματικές ασκήσεις, φακιρισμός, υπερφυσικές ικανότητες, θαύματα κ.λπ., που δεν είναι καθόλου οι σκοποί της Βεδάντα.

### Οι σχολές τις Βεδάντα

Παρ’ ότι όλοι οι ορθόδοξοι Ινδουϊστές—στηριζόμενοι στις μαρτυρίες των Ουπανισάδων—αποδέχονται το Μπράχμαν [Brahman] ως η μια και μοναδική Έσχατη Πραγματικότητα, διατυπώθηκαν διάφορες ερμηνείες για τη φύση του Μπράχμαν και για τις σχέσεις του με τον κόσμο [*jagat*] και τους ενσώματους εαυτούς [*jivas*].

Ως εκ τούτου, συνυπάρχουν τρεις σημαντικές διατυπώσεις της βεδαντικής σκέψης: οι Δυϊστές [Dvaitins], οι Σχετικοί Μη Δυϊστές [Vishishtadvaitins] και οι Μη Δυϊστές [Advaitins], εντός των οποίων υπάρχουν κάποια παρακλάδια.

Ο δυτικός όμως, με τη ροπή του προς την ταξινόμηση και την αξιολόγηση, θα πρέπει να προσέξει να μη θεωρήσει τη μια προσέγγιση ανώτερη ή κατώτερη από την άλλη. Οι διαφορετικές διατυπώσεις της Βεδάντα δεν είναι «καταθέσεις απόψεων», αμπελοφιλοσοφούντων, αλλά συγκεκριμένες και λογικά εμπειρωμένες εναλλακτικές επιλογές που εξυπηρετούν τις πρακτικές ανάγκες διαφορετικών ‘χρηστών’. Οι Ινδοί συνηθίζουν να λένε ότι ένας δυϊστής με λίγη πείρα στην πνευματική άθληση είναι προτιμότερος από ένα μη δυϊστή χωρίς διάκριση και απάντηση που μόνο φλυαρεί για το «Ένα».

Είναι σημαντικό να κατανοηθούν τα όρια μέσα στα οποία μπορεί να κινηθεί η ανθρώπινη διάνοια. Διαφορετικά, με τη βοήθεια της διαλεκτικής, θα απολυτοποιούνται αδιακρίτως, υπαρκτά, ανύπαρκτα και αναπόδεικτα και θα γεννιούνται στείρες «απόψεις» και διανοητικά οικοδομήματα που όχι μόνο δεν ανταποκρίνονται στην πραγματικότητα αλλά και συχνά σερβίρονται στους απρόσεκτους ως 'φιλοσοφία' και 'θεολογία'. Η πραγματική φιλοσοφία και θεολογία, που ασκεί και η Ορθοδοξία, η διάνοηση δηλ. με βάση την αποκάλυψη—την πραγματική, επαληθευμένη εμπειρία και όχι ο κοινός στοχασμός των απαίδευτων—οδηγούν σε μια σφαιρική θεώρηση του σύμπαντος, που ευνοεί τον πνευματικό αγώνα για την επίτευξη της κάθαρσης του νου και την αποκάλυψη της Αλήθειας.

Οι τρεις προαναφερθείσες διατυπώσεις της βεδαντικής σκέψης, λοιπόν, διανοούνται το **Θεό**, τον **κόσμο** και την **ψυχή** με τους εξής τρόπους που είναι οι μόνοι που χωράνε στο ανθρώπινο μυαλό:

### 1. Διανοούνται Τον Θεό

— είτε ως έχοντα μορφή και κατηγορήματα—δηλαδή ως ΠΡΟΣΩΠΟ με το οποίο βρίσκεσαι σε σχέση.

— είτε ως άμορφο με κατηγορήματα—δηλ. ως ΑΡΧΗ έχουσα φύση αυτή καθεαυτή την Ύπαρξη, τη Γνώση και την Ευδαιμονία.

— είτε ως άμορφο, χωρίς κατηγορήματα—δηλ. ως ΥΠΕΡΒΑΤΙΚΗ ΑΡΧΗ, απερίγραπτη και ασύλληπτη από τον ανθρώπινο νου ( όσο υπάρχει το εγώ ).

### 2. Διανοούνται Τον κόσμο

— είτε ως αληθινό—δηλ. αιώνια υπαρκτό.

— είτε ως απατηλό—δηλ. ψευδαισθητικό, όπως το όνειρο.

— είτε ως αληθινό και ταυτόχρονα απατηλό.—δηλ. φαινομενικά, ψευδαισθητικά και σχετικά υπαρκτό και ταυτόχρονα μη απόλυτα υπαρκτό.

### 3. Διανοούνται Την ψυχή

— είτε ως μη διαφορετική από το Θεό.

– είτε ως αιώνια χωριστό **τμήμα** του Θεού [όπως η φωτιά και οι σπίθες της].

– είτε ως αιώνια χωριστή από το Θεό.

Αυτές οι θέσεις βασίζονται στις γνωστές δυάδες: έμμοφο – άμοφο, αληθινό – απατηλό και χωριστό – μη χωριστό, κ.λπ. που χαρακτηρίζουν τον κόσμο.

Οι ανωτέρω λοιπόν εναλλακτικές προσλήψεις οδήγησαν στη διατύπωση των ακόλουθων ‘σχολών’:

### **Ντβάιτα Βεδάντα**

Η αμιγώς δ्वैστική **Ντβάιτα Βεδάντα** [Dvaita Vedanta] – που διατύπωσε τον 12ο μ.Χ. αιώνα ο **Μάντχβα** – εκλαμβάνει το Μπράχμαν ως Ύψιστο Πρόσωπο, ως παντοδύναμο και πάνσοφο τελεσιουργό αίτιο του σύμπαντος. Θεωρεί τον Μπράχμαν εντελώς ανεξάρτητο και διαφορετικό από το κάθε τι – κι ότι τα εξίσου αληθινά όσο ο Ίδιος ο Μπράχμαν, υλικά αντικείμενα και οι ατομικοί εαυτοί, διαφέρουν και μεταξύ τους και από τον Μπράχμαν, από τον οποίο τα πάντα εξαρτώνται.

Η θέση της Ντβάιτα μάς είναι κατανοητή, επειδή στηρίζεται στο αίσθημα της ετερότητας που όλοι, ως υποκείμενα νιώθουμε, και στη δι-αίσθηση ότι κάπου, πίσω από το σύμπαν, υπάρχει κάποια ανώτερη δύναμη, κάποιο νοήμον Ον, ένας απολύτως ανεξάρτητος Θεός που ρυθμίζει τα πάντα, Στην πνευματική άθληση, είναι η φάση στην οποία εξακολουθείς να νιώθεις ότι το υποκείμενο και το αντικείμενο είναι παντοτινά διαφορετικά.

Οι δ्वैστές, επιδιώκοντας τη θεοπτία και τη λύτρωση, εκτελούν θρησκευτικές τελετές, προσεύχονται και επαναλαμβάνουν το όνομα του Θεού αδιαλείπτως και κάποτε, μέσα από τη Θεία χάρη, ο νους τους καθαρίζει και επιτυγχάνουν τη ‘θέωση’.

### **Βισίστ-αντβάιτα Βεδάντα**

Στο ‘μετριασμένο’ ή ‘σχετικό’ μη δ्वैσμό της **Βισίστ-αντβάιτα Βεδάντα** [Vishishtadvaita Vedanta], που διατύπωσε τον 11ο μ.Χ. αιώνα ο **Ραμάνουτζα**, το Μπράχμαν ως απόλυτη πραγματικότητα εκλαμβάνεται ως Προσωπικό Ον με ευνοϊκές ιδιότητες, που είναι σε αδιαίρετη και αιώνια σχέση με τον αποτελούμενο από **εαυτούς** και **ύλη** κόσμο, όπως το όλο και τα μέρη του, όπως το υλικό και οι ιδιότητές του (ας πούμε το γάλα και η ασπράδα του, η φωτιά και οι σπίθες της).



Αυτή η αντίληψη για την έσχατη Πραγματικότητα επιβεβαιώνεται από την **εμπειρία** που φανερώνεται όταν η νοερή προσήλωση [*dhyāna*] ωριμάσει και η ατομική αυτο-συνείδηση σταθεροποιηθεί σε αδιατάραχτη συνειδητή συγκέντρωση (*Sa-vikalpa Samadhi*). Στο *Σαβικάλπα Σαμάντσι* δεν έχεις συνείδηση ότι διαλογίζεσαι, μονάχα το αντικείμενο διαλάμπει. Αυτός ο βαθμός συγκέντρωσης αποκαλύπτει το Μπράχμαν ως μοναδική απόλυτη Πραγματικότητα, εξαρτώμενα μέρη της οποίας είναι οι περιορισμένοι εαυτοί και τα υλικά αντικείμενα. Εδώ, ως αντικείμενο διαλογισμού, το Μπράχμαν θεωρείται Προσωπικό Ον και αφού έχει μέρη, χαρακτηρίζεται ως έχον ιδιότητες και σημάδια (*sa-guna* και *sa-vishsha*).

Και τούτοι ασκούν λατρεία και περισυλλογή για την κάθαρση του νου και την αποκάλυψη του Θεού.

### Αντβάιτα Βεδάντα

Στον αμιγή μη δουϊσμό, την **Αντβάιτα Βεδάντα** [Advaita Vedanta], που διατύπωσε επιδέξια ο ξακουστός **Σάνκαρα** (8ος μ.Χ. αιω. – αλλά μάλλον, 509 π.Χ.), το Μπράχμαν εκλαμβάνεται από την υπερβατική σκοπιά, ως Απρόσωπο Απόλυτο, ως εντελώς απροσδιόριστη, χωρίς γνωρίσματα και ιδιότητες Πραγματικότητα.

Από αυτή τη σκοπιά το μόνο που μπορεί να λεχθεί είναι ότι το Μπράχμαν είναι απόλυτη, καθαρή ύπαρξη-συνείδηση-ευδαιμονία (*sat-chid-ananda*). Η αποκάλυψη της Πραγματικότητας, ως καθαρή ύπαρξη-συνείδηση-ευδαιμονία, προκύπτει **μόλις διαλυθεί το εγώ στην πηγή του**, την καθαρή συνείδηση, και φανερωθεί η υπερσυνειδητή εμπειρία του *Νιρβικάλπα Σαμάντσι* [*Nir-vikalpa* (απαλλαγμένου από σκέψη) *Samadhi*] όπου επικρατεί η άμεση εμπειρία της αμιγούς καθαρής συνειδήσεως, που αποκαλύπτει τη **μη διαφορά**, την ταυτοσημία του Εαυτού και του Μπράχμαν. Από το επίπεδο της υπερσυνειδήσεως, έχουμε λοιπόν μια αποκάλυψη της Πραγματικότητας όχι μόνο ως ύπαρξη-συνείδηση-ευδαιμονία αλλά και ως εντελώς χωρίς σημάδια και ιδιότητες (*nir-vishesha* και *nir-guna*).

### Μερικές διδακτικές τεχνικές

Μετά από αυτή τη σύντομη παρουσίαση των βεδαντικών θέσεων, ας περάσουμε τώρα σε μερικές χαρακτηριστικές, διδακτικές τεχνικές της Μη Δουϊστικής, Αντβάιτα Βεδάντα, που έχουν

ως σκοπό να μας βοηθήσουν να μεταθέσουμε το επίκεντρο του ενδιαφέροντός μας πέρα από το φαινομενικό κόσμο.

Όπως είπαμε στην αρχή, οι αρχαίοι Ινδοί ενορατικοί ανακάλυψαν την απλή αλήθεια ότι όταν ο νους καθαρθεί και ησυχάσει, τότε η μια και μοναδική Πραγματικότητα αποκαλύπτεται άμεσα. Ανακαλύπτεις ποιος πραγματικά είσαι. Εξαφανίζεται η πλάνη που γεννάει το σφαλερό αίσθημα ότι είσαι ένα χωριστό φθαρτό πλάσμα χαμένο μέσα σε έναν ανελέητο κόσμο.

Αυτές είναι βέβαια αφηρημένες έννοιες και δύσπεπτες για ένα νου εθισμένο στη διαχείριση απτών πραγμάτων. Γι' αυτό βλέπουμε τους σοφούς – από την εποχή των Βεδών κιόλας – να καταφεύγουν σε αλληγορίες, σε ορισμένες κατηγοριοποιήσεις και παρομοιώσεις για να βοηθήσουν τον ακροατή να προσεγγίσει το απερίγραπτο με τη διαίσθησή του.

Πρώτα-πρώτα είναι ανάγκη να καταλάβουμε την έννοια της **πλάνης**, της **ψευδαισθητικότητας**. Βασική αντίληψη της Βεδάντα είναι ότι ένα αγνώστου προελεύσεως πέπλο αγνωσίας μάς κρύβει την αλήθεια για τον Εαυτό μας και τον σύμπαντα κόσμο.

Έχουμε δηλαδή συνηθίσει να εκλαμβάνουμε ό,τι είναι ορατό ως αληθινό. Όλα όμως είναι πρόσκαιρα και φαινομενικά. Όλα είναι ένα απέραντο θέατρο, όπως λέει το θυμόσοφο λαϊκό τραγούδι «Δύο πόρτες έχει η ζωή...άνοιξα τη μια και μπήκα, σεριάνησα ένα πρωινό....και από την άλλη βγήκα.»

### 1. Τρεις παρομοιώσεις

Οι Ινδοί σοφοί λοιπόν ορίζουν ως αληθινό μόνο **ό,τι είναι αίδιο και αμετάβλητο** και επικαλούνται τρεις παρομοιώσεις για να επιστημάνουν τη μη πραγματικότητα του κόσμου:

Πρώτη παρομοίωση: Το σχοινί και το φίδι.

Στο σκοτάδι ή στο ημίφως μπορούμε να εκλάβουμε ένα σχοινί ως φίδι και να τραπούμε σε φυγή. Αν όμως κάποιος φέρει φως, θα δούμε ότι αυτό που μας τρόμαξε δεν ήταν τίποτε άλλο παρά ένα σχοινί. Ομοίως, ο κόσμος είναι σαν το φίδι, και το σχοινί είναι η Πραγματικότητα, το Μπράχμαν. Χωρίς το σχοινί, το υπόβαθρό του, το φανταστικό φίδι θα ήταν ανύπαρκτο.

Εδώ έχουμε εξαφάνιση της πλάνης χωρίς κατάλοιπο.

Δεύτερη παρομοίωση: Ο αντικατοπτρισμός στην έρημο

Το ερώτημα είναι «αφού πληροφορηθείς ότι ο κόσμος είναι ψευδαισθητικός, πώς εξακολουθείς να τον βλέπεις;».

Όλοι έχουν ακουστά για τον αντικατοπτρισμό στην έρημο όπου μοιάζει να υπάρχει νερό εκεί όπου δεν είναι. Παρά την πληροφόρηση για το φαινόμενο αυτό, και το γεγονός ότι δε βρίσκεις νερό για να ξεδιψάσεις, εξακολουθείς να βλέπεις το 'νερό'.

Αυτό δείχνει ότι παρά την απομυθοποίησή της, μια φανέρωση μπορεί να εξακολουθεί να είναι ορατή· επομένως το γεγονός ότι κάτι είναι αντιληπτό, δεν είναι απόδειξη ότι είναι πραγματικό.

Τρίτη παρομοίωση: Το όνειρο.

Ακούγοντας το τελευταίο παράδειγμα κάποιος μπορεί να παρατηρήσει: «Μα, ο κόσμος δεν είναι σαν το ανύπαρκτο νερό· χρησιμεύει για αναρίθμητους σκοπούς».

Απάντηση: «Ναι, το ονειρικό γεύμα χορταίνει την ονειρική πείνα, αλλά όταν ξυπνήσει ο άνθρωπος πεινάει. Τα αντικείμενα του ονείρου και της εγρήγορσης εξυπηρετούν χωριστούς σκοπούς».

**2. Τρεις καταστάσεις**

Ο καθένας μας καθημερινά περνάει μέσα από τρεις συνειδησιακές καταστάσεις – την εγρήγορση, το όνειρο και τον άνονειρο ύπνο – οι οποίες φανερώνονται είτε θέλουμε είτε δε θέλουμε. Τι άραγε μπορεί να χαρίσει η εξέτασή τους;

Οι 12 στίχοι της σπουδαίας *Μαντούκγια Ουπανισάντ*, ασχολούνται αποκλειστικά με αυτό το θέμα, το οποίο επίσης θίγεται στην *Μπριχανταράνγιακα Ουπανισάντ*.

Η εξέταση των τριών καταστάσεων επιτρέπει το σχηματισμό μιας σαφέστερης αντίληψης για τη φύση του **ΘΕΑΤΗ** που έχουμε μέσα μας.

Οι καταστάσεις της εγρήγορσης και του ονείρου είναι πανόμοιες, με την έννοια ότι και στις δύο επικρατεί δυαδικότητα – υπάρχει δηλαδή ένας θεατής που βλέπει ένα θέαμα. Στον άνονειρο ύπνο όμως δεν υπάρχει θέαμα, επικρατεί ενότητα, ο θεατής υφίσταται προσωρινά χωρίς θέαμα, εξ ου δηλώνει,

όταν ξυπνάει, ότι ήταν πανευτυχής (εξαιτίας της απουσίας του βάρους ενός νου κ.λπ.).

Υπάρχει όμως και μια τέταρτη ‘κατάσταση’, που δεν είναι κατάσταση με αρχή και τέλος όπως οι άλλες, η οποία φανερώνεται και ‘επικρατεί’ ατελεύτητα μόλις (μέσα από πνευματική άθληση και αναζήτηση) διαλυθεί το μικρό εγώ μέσα στην πηγή του, τον αληθινό Εαυτό, το Μπράχμαν.

Στο Θιβετιανό Βιβλίο των Νεκρών δε γίνεται διαχωρισμός εγρήγορσης και ονείρου – όλες οι προ και μεταθανάτιες περιπέτειες του υποκειμένου, χαρακτηρίζονται ως ονειρικές και ψευδαισθητικές και επισημαίνεται, όπως και στη Βεδάντα, η ανάγκη να αφυπνιστεί ο άνθρωπος από την αιχμάλωτη κατάσταση του θεατή ονείρων.

### 3. Πέντε Περιβλήματα

Μια ακόμα και τελευταία προσέγγιση είναι αυτή της αναλύσεως των πέντε φαινομενικών περιβλημάτων του ανθρώπου, η οποία οδηγεί στην συνειδητοποίηση του αληθινού Εαυτού, ο οποίος είναι ο **ΘΕΑΤΗΣ** τους.

Αυτό είναι το θέμα του τρίτου κεφαλαίου της *Ταϊπτιρίγια Ουπανισάντ*. Εκεί διαβάζουμε ότι ένας νέος, ο Μπχρίγκου, πλησιάζει τον πατέρα του και παρακαλάει: «Κύριε, διδάξτε μου το Μπράχμαν».

Ο πατέρας, ο Βάρουνα απαντάει: «*Μάθε, ότι Εκείνο από το οποίο όλα τα όντα εκπηγάζουν, εκπορεύονται, κι ότι Εκείνο στο οποίο όλα τα όντα στηρίζονται και τελικά διαλύονται, είναι το Μπράχμαν*». Κατόπιν ο πατέρας εξηγεί στο γιο τη μέθοδο διά της οποίας θα επιτύχει την άμεση αποκάλυψη αυτής της αλήθειας – την επίμονη προσπάθεια (τάπας), δηλαδή την επικέντρωση ολόκληρης της προσοχής και των αισθήσεων πάνω στο θέμα.

Όντως, ο Μπχρίγκου προσηλώνεται αναπόσπαστα πάνω στο θέμα και συνειδητοποιεί ότι το Μπράχμαν είναι η **τροφή** που διαποτίζει τα πάντα – ο υλικός κόσμος.

Πηγαίνει στον πατέρα του και τον πληροφορεί για το αποτέλεσμα της προσπάθειάς του. Ο πατέρας, χωρίς να πει ούτε ναι ούτε όχι, δεν το σχολιάζει και τον προτρέπει να προχωρήσει πιο πέρα, επαναλαμβάνοντας «*Γνώρισε το Μπράχμαν μέσα από την τάπας, το Μπράχμαν είναι τάπας*».

Αφού ερεύνησε μέσα του, ο Μπχρίγκου συνειδητοποίησε ότι το Μπράχμαν είναι η ζωτική ενέργεια, η **Πράνα**. Το λέει στον πατέρα του, ο οποίος του απαντάει ξανά στερεότυπα «Γνώρισε το Μπράχμαν μέσα από την τάπας, το Μπράχμαν είναι τάπας».

Προτρεπόμενος έτσι, ξανά και ξανά, ο Μπχρίγκου διαδοχικά ανακαλύπτει ότι το Μπράχμαν είναι νους, **Μάνας** – συνειδητοποιεί ότι το σύμπαν αποτελείται μόνο από σκέψεις, κατόπιν συνειδητοποιεί ένα ακόμα πλησιέστερο στη Συνείδηση στρώμα, το διανοητικό, την **Βιγκνιάνα** και τελικά φτάνει στο τελευταίο στρώμα το **Άναντα-μάγια**, αυτό της Ευδαιμονίας, όπου ανακαλύπτει ότι ολόκληρο το σύμπαν διαποτίζεται από Άπειρη Ευδαιμονία. Η Ουπανισάντ κλείνει με την πληροφορία ότι το Άπειρο Ον συνειδητοποιείται άμεσα στο χώρο της ‘Καρδιάς’.

Από τα ανωτέρω καταλαβαίνουμε τι εννοούν όταν λένε ότι η Γκνιάνα Γιόγκα είναι ο δρόμος της **αναζήτησης** του Εαυτού και βλέπουμε ότι η τεχνική της προσήλωσης στην ‘Καρδιά’ – που εφαρμόζει και η Ορθοδοξία – έχει αρχαιότατη καταγωγή.

### Οι τέσσερις πρακτικές μέθοδοι (Γιόγκας)

Πέρα από το αναγκαίο προαναφερθέν φιλοσοφικό υπόβαθρο, που έχει ως σκοπό να διασκεδάσει τις απορίες του ανθρώπου, η Βεδάντα προτείνει στον άνθρωπο τέσσερις πρακτικές μεθόδους ψυχολογικής εναρμονίσεως, που επιστημονικά διαχειρίζονται τις δυνατότητες της σκέψης, του συναισθήματος και της θέλησης.

**Karma-yoga** [Κάρμα γιόγκα]. Η μέθοδος της ανιδιοτελούς δραστηριότητας, της ενεργούς αυτοθυσίας που συμβάλλει στην ελαχιστοποίηση του «εγώ» και ενδυναμώνει τη θέληση. Όλοι ωφελούνται από την άσκηση της Κάρμα-γιόγκα που σου ζητάει να ζεις ηθικό και ευσεβή βίο προσφέροντας όλα τα έργα σου στο Θεό και δεχόμενος ό,τι σου συμβαίνει στη ζωή ως δώρο του Θεού.

**Bhakti-yoga** [Μπχάκτι-γιόγκα]. Ο δρόμος της αφοσίωσης, τον οποίο ακολουθούν οι δυϊστές λάτρες για να ‘ενοποιηθούν’ με το Θεό. Μέσα από την καλλιέργεια διαρκούς ανάμνησης και αγάπης για μια προσωπική όψη του Θεού – συνήθως για μια Θεία Ενσάρκωση – το ‘εγώ’ του λάτρη σταδιακά εξαγνίζεται (αποκολλιέται από τα εγκόσμια) και τελικά λιώνει μέσα στο Προ-

τιμημένο του Ιδανικό. Θεωρείται το πιο φυσικό μονοπάτι, επειδή ο λάτρης απλώς εντατικοποιεί τα συναισθήματά του και τα κατευθύνει στο Θεό.

**Jñāna-yoga** [Γκνιάνα-γιόγκα]. Το μονοπάτι της εαυτό-ανά-λυσης και της αναζήτησης που ακολουθούν οι μη δυϊστές για να επιτύχουν την αποκάλυψη του αληθινού Εαυτού. Η μορφή πνευματικής άσκησης που βασίζεται κυρίως στην αποφαιτική μέθοδο της *‘διάκρισης ανάμεσα στο αληθινό και το μη αληθινό’* και στην απάρνηση του μη αληθινού. Η απασχόληση της προσοχής στην αδιάκοπη αναγνώριση και απόρριψη του εφήμερου, σταδιακά απομυθοποιεί τον κόσμο, ‘ενοποιεί’ το νου και τελικά χαρίζει την αποκάλυψη του Brahman. Ο αναζητητής τότε ‘γνωρίζει’ άμεσα τη *‘μη-διαφορά’* του από την απρόσωπη όψη της Πραγματικότητας. Αυτό το μονοπάτι απαιτεί ιδιαίτερος υψηλά προσόντα ( απάθεια, αταραξία κ.λπ., κ.λπ. ).

**Raja-yoga** [Ράτζα-γιόγκα]. Η μέθοδος για την επίτευξη της ‘γιόγκα’, της ενοποίησης του νου, που συνοψίζει ο Πατάντζαλι στα *Γιόγκα Σούτρας*. Η Ράτζα-γιόγκα [η ‘αρχηγική’ γιόγκα], είναι το κατ’ εξοχήν μονοπάτι της νοερής ενατένισης (του ‘διαλογισμού’) που οδηγεί, δια της απόλυτης νοερής συγκέντρωσης, στην τέλεια ενοποίηση του νου και στην ‘απορρόφηση’ του καθάρου νου στην τελική Πραγματικότητα.

Στην ουσία, λίγο πολύ όλα τα ανωτέρω εφαρμόζονται, με παραλλαγές, από τις διάφορες θρησκείες του κόσμου.

### **Οι κοινές αντιλήψεις των βεδαντικών σχολών**

Πάντως, πέρα από τις διάφορες θέσεις που προαναφέραμε, όλοι οι Ινδοί θρησκευτικοί δάσκαλοι συμφωνούν στα εξής:

1. Ότι οι πνευματικές εμπειρίες που καταγράφονται στις *Śruti* [τις εξ αποκαλύψεως Γραφές] αποτελούν τη μοναδική αξιόπιστη μαρτυρία και όχι ο αβοήθητος ατομικός στοχασμός.

2. Ότι ο Θεός είναι Ένας, παρά τις πολλές μορφές και τα πολλά ονόματα που έχει, κι ότι Εκείνος είναι απεριγράπτα τέλειος.

3. Ότι κάθε άνθρωπος πορεύεται, μετενσωματώμενος ξανά και ξανά, στον άναρχο λαβύρινθο του γίγνεσθαι (τη *saṁsāra*), αντιμετωπίζοντας ανάλογα με το *κάρμα* του (ό,τι έσπειρε), διάφορες καταστάσεις που του δίνουν ευκαιρίες να ζήσει ενάρετα

και να οικοδομήσει το χαρακτήρα του—έως ότου φανερωθεί μέσα του η δΐψα για να απελευθερωθεί.

[Η θεωρία της μετενσωματώσεως είναι κατανοητή επειδή φωτογραφίζει τον καθημερινό υπνικό ‘μικρό θάνατο’ του ανθρώπου και το λαβυρινθώδη και απρόβλεπτο χαρακτήρα των κόσμων της εγρήγορσης και του ονείρου, όπου ο άνθρωπος βιώνει και ενεργεί. Το ζητούμενο είναι: ποιος είναι ο **θεατής** του ανόνειρου ύπνου όπου δεν υπάρχει «εγώ»; Την απάντηση δίνει η *Māṇḍūkya Upaniṣad*.]

4. Ότι υπάρχει ένα τριμερές μονοπάτι αποτελούμενο από την *κάρμα* [*karma*], την *μπχάκτι* [*bhakti*] και την *γκιάνα* [*jñāna*]—δηλ. την ανιδιοτελή δραστηριότητα, την αφοσίωση στον Προσωπικό Θεό και τη διάκριση ανάμεσα στο αληθινό και το μη αληθινό—που είναι ικανό να γλυτώσει τον άνθρωπο από τη *σαμσάρα* [την εγκόσμια περιπλάνηση] και να του αποκαλύψει την τελειότητα του Θεού.<sup>2</sup>

5. Ότι όποιος θέλει να σωθεί οφείλει να καλλιεργήσει—στις διάφορες τους μορφές—τις αρετές της αγνότητας, της αυτοκυριαρχίας, της μη προσκόλλησης, της φιλαλήθειας και της μη βλαπτικότητας.

6. Ότι αυτός επιπλέον οφείλει, κατά δύναμη, να λατρεύει την προτιμημένη του θεότητα αδιαλείπτως, και με κάθε τρόπο να προετοιμαστεί για την εύνοια της θείας χάριτος.

[Η προτιμημένη θεότητα είναι η όψη του Θείου με την οποία ο λάτρης καλλιεργεί μια σχέση—Πατέρα (ή Μητέρα) και τέκνου, Κυρίου και υπηρέτη, κ.λπ. κ.λπ.]

7. Ότι λύτρωση σημαίνει απαλλαγή από την αιχμαλωσία στον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων και είσοδο στη σφαίρα του Πνεύματος.

\* \* \*

Αυτά, λέει η βεδαντική παράδοση, είναι τα πράγματα που έχουν πραγματική σημασία στη ζωή, που γεμίζουν τον άνθρωπο με ελπίδα και χαρίζουν νόημα στους αγώνες του για να

---

2 Έγκυρες πηγές γι’ αυτές τις προσεγγίσεις αποτελούν οι μεταφράσεις των έργων του Σουάμι Βιβεκάναντα με τίτλο *ΚΑΡΜΑ ΓΙΟΓΚΑ, ΜΠΧΑΚΤΙ ΓΙΟΓΚΑ και ΓΚΝΙΑΝΑ ΓΙΟΓΚΑ* (Εκδόσεις Κονιδάρη, Αθήνα).

απαλλαγεί από την πλάνη και την αμαρτία και να εκδηλώσει την έμφυτη θεϊκή του φύση.

Με τα λόγια της Μούντακα Ουπάνισαντ:<sup>3</sup>

«Όποιος γνωρίζει το υπέρτατο Μπράχμαν όντως γίνεται Μπράχμαν» (3.2.9)

«Όπως τα ποτάμια, ρέοντας, εξαφανίζονται στον ωκεανό χάνοντας το όνομα και τη μορφή τους, έτσι και ο σοφός άνθρωπος απαλλαγμένος από όνομα και μορφή, πηγαίνει στα ύψιστα ύψη – στην Υπέρτατη Θεότητα». (3.2.8)

Και ένας ορθόδοξος ινδουιστής θα θεωρήσει τα ακόλουθα λόγια της Καινής Διαθήκης, ως αμιγή Βεδάντα, δηλ. ως αξιόπιστη μαρτυρία που καλεί προς ενεργοποίηση και επαλήθευση της εν δυνάμει τελειότητας:

«μεταμορφούσθε την ανακαινώσει του νοός υμών». (Ρωμ. 12:2)

«και γνώσεσθε την αλήθειαν και η αλήθεια ελευθερώσει υμάς». (Ιωαν. 8:32)

«έσεσθε ουν υμείς τέλειοι ώσπερ ο Πατήρ υμών ο εν τοις ουρανοίς τέλειος εστί». (Ματθ. 5:48)

Ο βεδαντιστής θα δει επίσης στα λόγια του Ιησού τις ακόλουθες αντιστοιχίες με τις τρεις κύριες κατηγορίες της Βεδάντα που προαναφέραμε:

«Πάτερ ημών ο εν τοις ουρανοίς» (Ματθ. 6.9) –

**Ντβάρια Βεδάντα**, όπου ο Θεός είναι 'εκεί πέρα', 'μακριά', δηλαδή κάθετη ετερότητα, δυϊσμός.

«Εγώ είμι η άμπελος, υμείς τα κλήματα» (Ιωαν. 15:5) –

**Βισιστ-αντβάρια Βεδάντα**, όπου η δημιουργία θεωρείται σώμα του Θεού.

«Εγώ και ο Πατήρ εν έσμεν» (Ιωαν. 10:30) –

**Αντβάρια Βεδάντα**. Μη διαφορά.

Αυτά αποτελούν φάσεις στην εξέλιξη των αντιλήψεων και των εμπειριών που ο άνθρωπος μπορεί να έχει για το Θείο, μέχρι που να Το γνωρίσει άμεσα. Ένα σανσκριτικό δίστιχο λέει:

<sup>3</sup> Από τις *ΕΝΝΙΑ ΟΥΠΑΝΙΣΑΔΕΣ* (με ερμηνευτικά σχόλια). Μετάφραση Γιάννη Μανέττα. (Εκδόσεις Κονιδάρη, Αθήν)α.



«Οι ανώτερες κάστες λατρεύουν το Θεό μέσα στη ( λατρευτική ) πυρά, οι προχωρημένοι πνευματικοί αναζητητές διαλογίζονται σ' Αυτόν μέσα στην καρδιά τους, οι αμαθείς πιστεύουν ότι Αυτός κατοικεί στα ομοιώματα, και αυτοί που πέτυχαν το Άπειρο, διακρίνουν την παρουσία Του όπου κι αν κοιτάξουν».



Ο Σουάμι Βιβεκάναντα (1863-1902) ο σπουδαίος μαθητής του Σρι Ραμακρίσνα, συνόψισε το μήνυμα της Βεδάντα για τη σύγχρονη εποχή ως εξής (από τα ερμηνευτικά σχόλια του στο Γιόγκα-Σούτρα 2.25):

«Κάθε ψυχή είναι εν δυνάμει Θεία.

Ο σκοπός της ζωής είναι  
να εκδηλώσουμε τη θειότητα που έχουμε μέσα μας,  
δια της κυριαρχίας  
πάνω στην εξωτερική και την εσωτερική φύση.

Κάντε το αυτό:  
είτε δια της δραστηριότητας (*Karma-yoga*),  
είτε δια της αφοσίωσης (*Bhakti-yoga*),  
είτε υποτάσσοντας το νου (*Rāja-yoga*),  
είτε δια της φιλοσοφίας (*Jñāna-yoga*).

Κάντε το αυτό  
με έναν, με περισσότερο του ενός,  
ή και με όλους αυτούς τους τρόπους μαζί  
και απελευθερωθείτε.

Αυτή είναι η ουσία της θρησκείας,  
Οι διδασκαλίες, τα δόγματα, ο τελετουργίες, τα βιβλία,  
οι ναοί και τα λατρευτικά ομοιώματα,  
δεν είναι παρά δευτερεύουσας σημασίας  
λεπτομέρειες.»

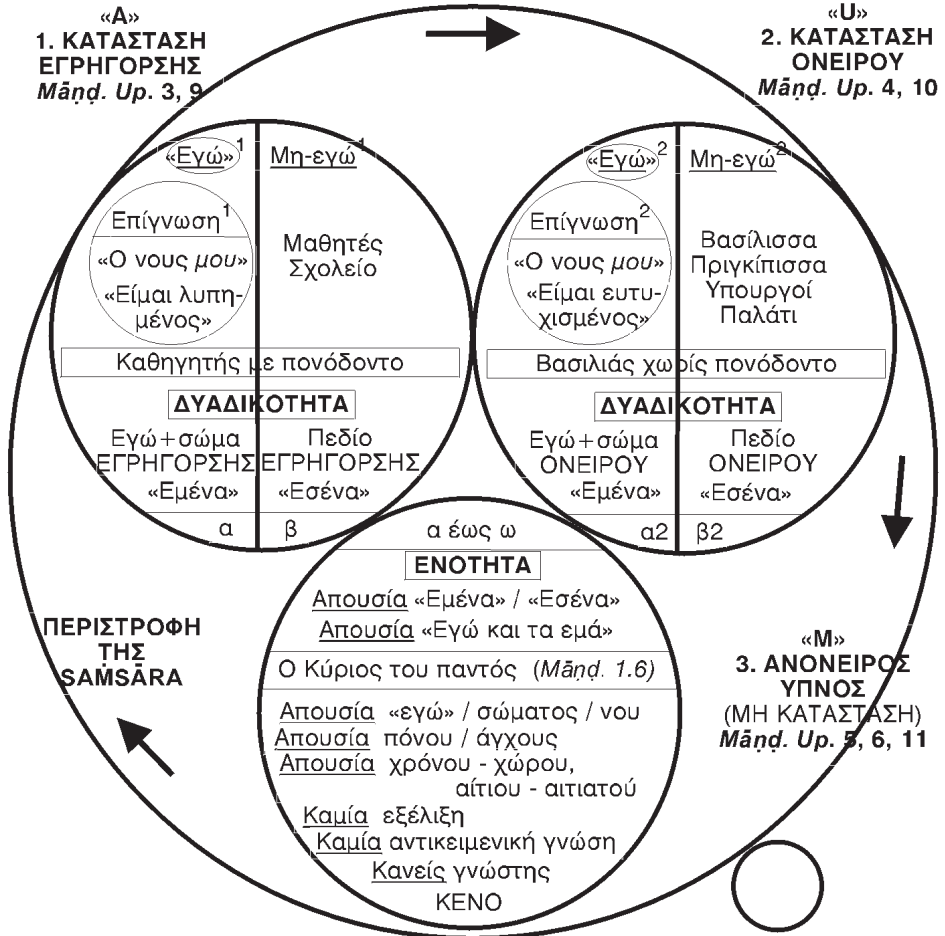


#### BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ:

- A PRIMER OF HINDUISM, D.S.Sarma, Sri Ramakrishna Math, Chennai  
MAHA YOGA (OR THE UPANISHADIC LORE), Who, Sri Ramanasramam,  
Tiruvannamalai.  
THE CALL OF THE VEDAS, A.C.Bose, Bharatiya Vidya Bhavan, Mumbai.  
THE PHILOSOPHY OF HINDU SADHANA, N.K.Brahma, Deep & Deep Publications, New Delhi.

## ΑΝΑΣΤΗ-TRAYA ( ΟΙ ΤΡΕΙΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ )

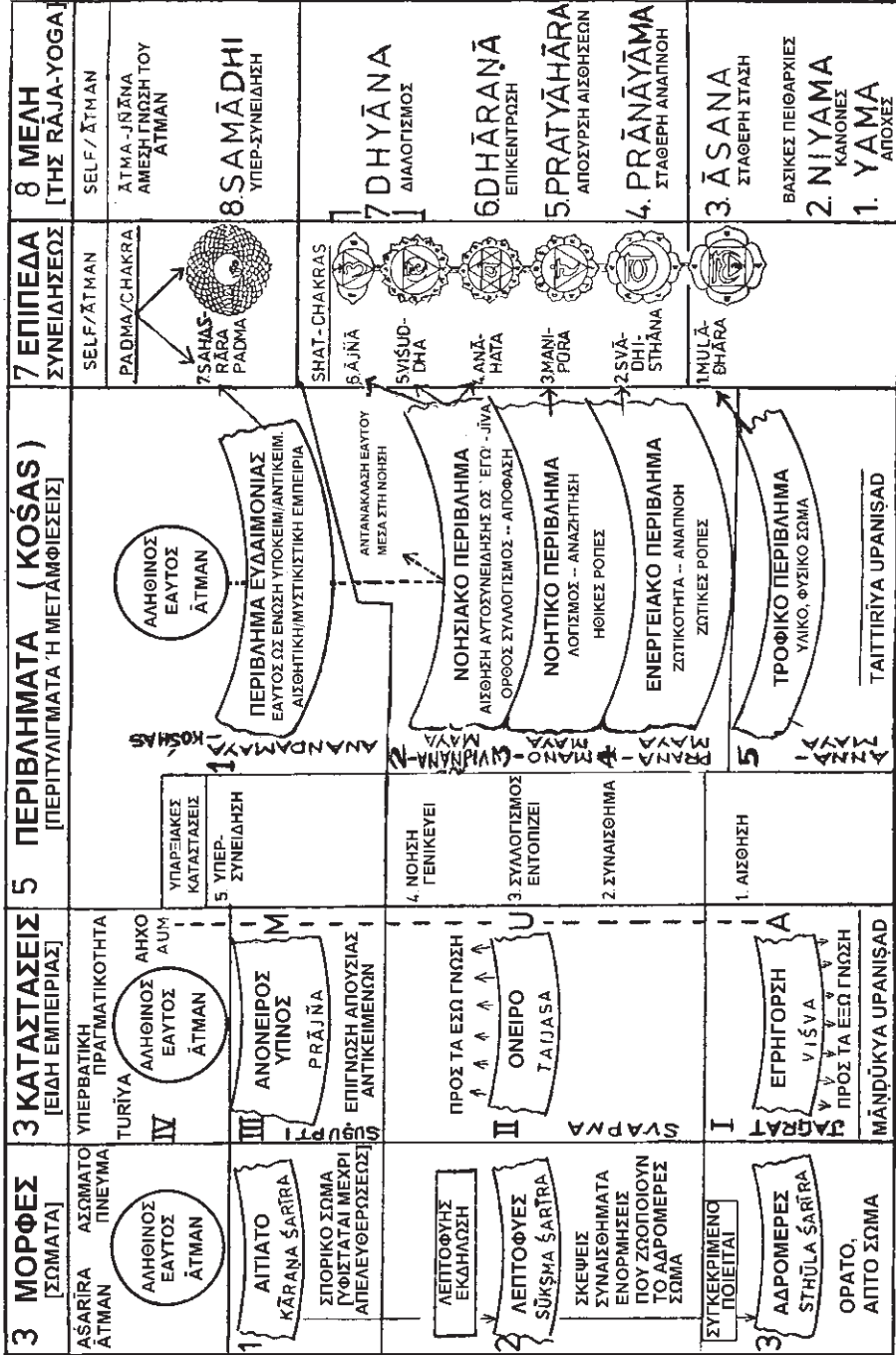
Η μοναδική τριμερής μέθοδος της Vedānta που την ξεχωρίζει από κάθε άλλη διάνοηση στον κόσμο



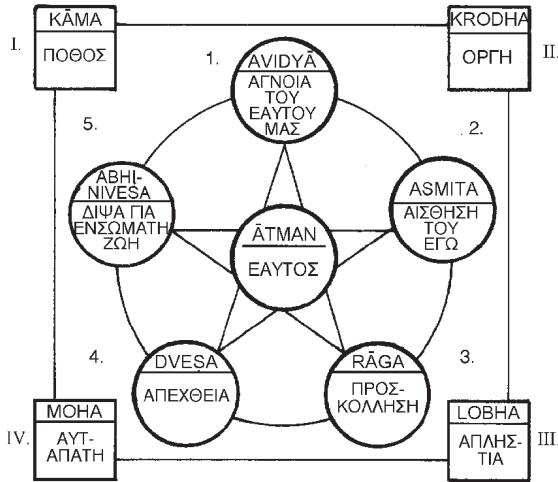
Η 'αίσθηση του εγώ' είναι ασυνεχής: ανατέλλει μαζί με έναν αδιαχώριστο κόσμο εγρήγορσης ή ονείρου και δύει στον ανόνειρο ύπνο· αντανακλά την αληθινή Συνειδηση, τον Εαυτό, που ούτε ανατέλλει ούτε δύει και πάντα λάμπει, ακόμα και ασώματα στον ανόνειρο ύπνο.

4. Ο ΘΕΑΤΗΣ  
(Μη περιστρεφόμενος)  
Α-ΘΕΑΤΟΣ ΘΕΑΤΗΣ  
Α-ΔΙΑΝΟΗΤΟΣ ΔΙΑΝΟΗΤΗΣ  
Ο Antaryāmin  
*Bṛhad. Up. 3.7.23, 3.8.11*

# ΕΝΣΩΜΑΤΗ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ -- Η ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΜΙΚΡΟΚΟΣΜΟΥ



**ΤΑ ΕΜΠΟΔΙΑ – που δυσχεραίνουν τη συγκέντρωση και διαιωρίζουν το καρμικό απόθεμα**



**ΤΑ ΠΕΝΤΕ KLESHAS ( εμπόδια που γεννούν πόνο ) – Yoga-Sūtras 2.3-9.**

1.	A-VIDYĀ	A-ΓΝΟΙΑ	Του Εαυτού. Δηλ της πραγματικής μας ταυτότητας με την Παγκόσμια Πραγματικότητα, το Θεό.
2.	ASMI-TA	ΕΓΩ-ΙΣΜΟΣ	Λαθεμένη ταυτότητα, αίσθηση της ετερότητας. [«Εσένα», «εμένα», «δικό μου» κ.λπ.]
3.	RĀGA	ΠΡΟΣ-ΚΟΛΛΗΣΗ	Ροπή προς τις ευχάριστες εμπειρίες.
4.	DVEṢA	ΑΠ-ΕΧΘΕΙΑ	Ροπή προς αποφυγήν δυσάρεστων εμπειριών. [Πηγάζει από την RĀGA και γεννάει το μίσος.]
5.	ABHI-NIVEṢĀ	ΔΙΨΑ ΓΙΑ ΕΝΣΩΜΑΤΗ ΖΩΗ	Η προσκόλληση σε αντικείμενα – μεταξύ των οποίων συγκαταλέγονται το σώμα και ο νους – γεννάει δίψα για ενσώματη ζωή και το φόβο του θανάτου. [Π.χ. όλοι φυλάγονται από ατυχήματα.]

**ΤΑ ΤΕΣΣΕΡΑ ΒΑΣΑΝΑ ( Που γεννάει η αρχική αίσθηση της ετερότητας )**

I.	KĀMA	ΠΟΘΟΣ	Οποιαδήποτε επιθυμία, φιλοδοξία ή σκοπός.
II.	KRODHĀ	ΟΡΓΗ	Αντίδραση σε ό,τι θέτει τη φυσική μας επιβίωση και τους πόθους μας σε κίνδυνο.
III.	LOBHĀ	ΑΠΛΗΣΤΙΑ	Προσπάθεια 'πληρώσεως' (δηλ. ικανοποίησεως) του 'κενού' που νιώθουμε μέσα μας, με τη βοήθεια υλικών αντικειμένων, έμφυχων και άψυχων.
IV.	MOHĀ	ΑΥΤΑΠΑΤΗ (Σύγχυση)	Συμπεριφορά που καταδίδει ότι ακόμα δεν ξεπεράσαμε την πεποίθηση ότι ο φαινομενικός κόσμος είναι ο μόνος τρόπος με τον οποίο εκδηλώνεται η Παγκόσμια Πραγματικότητα.

**ΑΓΝΟΙΑ** σημαίνει να εκλαμβάνεις το πρόσκαιρο, το ρυπαρό, το οδυνηρό και τον an-ātman [τον 'μη εαυτό' – δηλ. το σώμα και το νου] ως αιώνιο, ως αγνό, ως ευχάριστο και ως Ātman [Εαυτό] – Yoga-Sūtra 2.5.