

(Αποσπάσματα από)

Ένας Πρακτικός Οδηγός

για να

ΓΝΩΡΙΣΕΙΣ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ

Συνομιλίες με τον Σρι Ράμανα Μαχάρσι
Εισαγωγή και Σημειώσεις από
A.R. Natarajan¹

Περιεχόμενα

ΜΕΡΟΣ 1.....	3
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	3
Οι σκέψεις.....	3
Ο καθαρός από σκέψεις νους.....	4
Πώς να ζούμε στο παρόν.....	4
Η διερεύνηση της έννοιας «Εγώ».....	5
Γιατί είναι λάθος να ταυτίζεσαι με το νου.....	6
Η πνευματική Καρδιά.....	6
«Εγώ» – η πρώτη σκέψη.....	6
Βασικά εργαλεία.....	7
Βοηθητικές πρακτικές.....	8
Η χάρη του Sadguru.....	8
Η βεβαιότητα της επιτυχίας.....	8
Περί τυπικής απάρνησης.....	9
Η άφεση στη φροντίδα του Sadguru.....	9
Περί μετενσάρκωσης.....	9
Περί πεπρωμένου και ελεύθερης βούλησης.....	10
Περί θαυματουργίας.....	10
Πώς δίδασκε ο Ράμανα;.....	10
Το καλύτερο δώρο προς τον δάσκαλο.....	11
Η δομή του παρόντος Βιβλίου.....	11
Σε τι άραγε χρησιμεύει η εαυτό-έρευνα;.....	12
ΜΕΡΟΣ 2.....	13
Η επίγνωση «Εγώ-Εγώ».....	13
ΜΕΡΟΣ 3.....	16
ΠΡΑΚΤΙΚΗ.....	16

Από το πρωτότυπο:

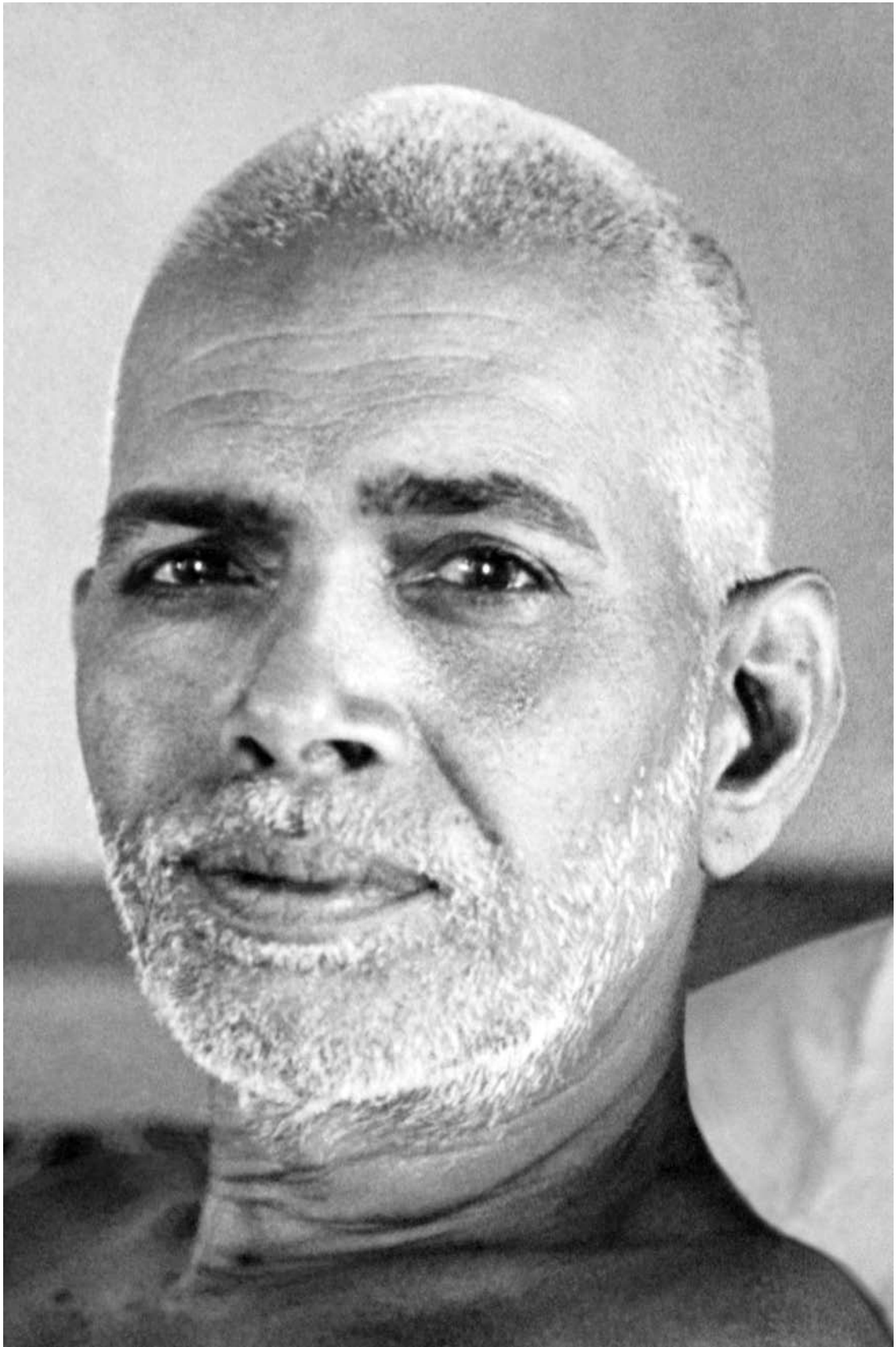
'A Practical Guide to Know Yourself'

του A.R. Natarajan

Εκδότης: Ramana Maharshi Centre for Learning, Bangalore

Πηγή: <http://www.ramancentre.com/> <http://ramanaway.org/book>

¹ Ιδρυτής του Ramana Maharshi Centre for Learning, Bangalore.



Σρι Ράμανα Μαχάρσι 1879-1950

ΜΕΡΟΣ 1

Αναρτήθηκε από Ramanawork2012 την Τετ. 2010-12-29 16:06

Οι ιεροί λόγοι του Ράμανα Μαχάρσι είναι καινοτόμες και ανεξάρτητες ρήσεις όπως αυτές των Ουπανισάδων, καθώς πηγάζουν από την άμεσή του εμπειρία, και το μήνυμά τους απευθύνεται σε όλους. Δεν αφήνουν αναπάντητη καμία απορία σχετικά με το πνευματικό μονοπάτι. Αλλά, πέρα από τον εμπλουτισμό και την αποσαφήνιση των όσων είναι άξια λόγου στην φιλοσοφική σκέψη και την πνευματική άσκηση, ο Ράμανα επίσης προτείνει έναν ξεχωριστό δρόμο, ένα ευθύ μονοπάτι που οδηγεί στη φανέρωση της Αυτογνωσίας. Ο δρόμος του Ράμανα είναι ο δρόμος της εαυτό-έρευνας, της *nichāra*. Εκείνος διευκρίνισε και έκανε προσιτή την επιστήμη της Καρδιάς². Ενώ η φιλοσοφική σκέψη ασχολείται γενικά με το Θεό, τον Εαυτό, το άγνωστο, ο Ράμανα εστιάζει την προσοχή μας αποκλειστικά στο άτομο.

Παρότι νομίζουμε ότι γνωρίζουμε το «Εγώ», αν κάνουμε μια σωστή έρευνα θα ανακαλύψουμε ότι οι παραδοχές και τα πράγματα που εμείς θεωρούμε δεδομένα δεν είναι βάσιμα. Διότι, θα πρέπει να εξετάσουμε, κατά μέτωπο, ζητήματα όπως τη φύση του νου, τη σχέση του με την πνευματική Καρδιά, την πραγματική φύση του «Εγώ» και αν τούτο είναι όντως περιορισμένο στο σώμα όπως συνήθως το εκλαμβάνουμε να είναι.

Τούτη η επιλογή συνομιλιών του Ράμανα Μαχάρσι με διάφορους αναζητητές, η διάταξή τους και οι σημειώσεις του συντάκτη έγιναν προς εξυπηρέτηση του αναγνώστη. Ο σκοπός τους είναι να συγκροτήσουν έναν πρακτικό οδηγό προς την Αυτογνωσία – τη γνώση που μας αποκαλύπτει την ίδια μας τη φυσική, αλλά κρυμμένη, ευτυχία.



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι σκέψεις

Το μόνο που γνωρίζουμε είναι δραστηριότητες, σχέσεις, προσκολλήσεις σε ιδέες. Νιώθουμε πλήξη και μοναξιά όταν είμαστε μόνοι και δεν έχουμε τίποτα να κάνουμε. Δεν μας τρομάζει άραγε φοβερά η ιδέα της απουσίας σκέψεων; Για εμάς, η σκέψη είναι κάτι φυσικό. Ο καθένας μας κουβαλάει ένα βαρύ φορτίο από ανώφελες σκέψεις, ανώφελες επειδή δεν έχουν καμία ουσιαστική λειτουργική σύνδεση με την καθημερινή μας ζωή. Κουβαλάμε επίσης και το φορτίο του παρελθόντος με τους πόνους και τις αποτυχίες του, τις εμπειρίες του οποίου –τις «στάχτες της μνήμης»– η σκέψη φέρνει στο παρόν. Ο νοητικός ορίζοντας επίσης καταλαμβάνεται από σκέψεις διαφυγής, που μας απομακρύνουν από την πραγματικότητα του παρόντος. Ο νους είναι τόσο γεμάτος, που είναι σαν ένα παζάρι χωριού την Κυριακή ή την αποβάθρα μικρού σιδηροδρομικού σταθμού σε μια μέρα όπου τα τρένα είναι καθυστερημένα. Δεν υπάρχει καθόλου ευρυχωρία. Δεν θέλουμε άραγε να απαλλαγούμε από την ασφυκτική ατμόσφαιρα αυτής της νοητικής φλυαρίας; Η απάντηση είναι και «ναι» και «όχι». «Ναι» για τις ανεπιθύμητες σκέψεις. «Όχι» για τις σκέψεις που αποκαλούμε ευχάριστες, τις χαρούμενες αναμνήσεις, τις προσδοκίες για

² Με τον όρο «Καρδιά», ο Ράμανα εννοεί το «Είναι» μας, την καθαρή συνείδηση. Δείτε παρακάτω.[ΣτΜ]

ρόδινο μέλλον. Είτε το παραδεχόμαστε είτε όχι δεν θα θέλαμε να απαλλαγούμε εντελώς από σκέψεις. Αν δεν μπορούμε να απαλλαγούμε από τις δυσάρεστες σκέψεις θα προτιμήσουμε να ζήσουμε μαζί τους παρά να χάσουμε μαζί με αυτές και τις σκέψεις που αγαπάμε, που μας είναι προσφιλείς. Ο φόβος για το τι θα συμβεί αν παραμείνουμε χωρίς σκέψεις είναι δυνατός και η σκληρή πραγματικότητα αυτού του φόβου δεν μπορεί να αγνοηθεί.

Ο καθαρός από σκέψεις νους

Είναι ακριβώς εδώ που έρχεται ο *Sadguru*³, ο Ράμανα, να μας πληροφορήσει μέσα από την άμεση εμπειρία του, για μια κατάσταση στην οποία ο νους είναι εντελώς σιωπηλός – για την κατάσταση όπου νιώθεις διαρκή χαρά. Ο βίος του ίδιου του Ράμανα είναι το καλύτερο παράδειγμα για ό,τι μεταδίδει, για ό,τι διδάσκει. Σε εμπνέει με αρκετή εμπιστοσύνη, με αρκετή πίστη για να το αποτολμήσεις, να το δοκιμάσεις. Η ελπίδα ότι και εμείς θα μπορέσουμε να νιώσουμε αυτήν την μακαριότητα είναι το σημείο εκκίνησης αυτής της περιπέτειας. Πρόκειται για περιπέτεια γιατί, αν δεν έχουμε το θάρρος, την αποφασιστικότητα και την έντονη επιθυμία να ανακαλύψουμε, δεν μπορούμε ποτέ να βγούμε από τα παλιά μας αυλάκια. Μήτε μπορούμε να ανακαλύψουμε ένα νέο τρόπο ζωής, μια νέα προσέγγιση στα πράγματα που θα κάνει κάθε στιγμή του βίου μας όμορφη. Καμία ριζική μεταμόρφωση είναι δυνατή αν δεν μάθουμε να ζούμε στο παρόν, γιατί κάθε εμπειρία είναι στο παρόν. Αυτό προϋποθέτει την ικανότητα να απαλλαγείς από τις σκέψεις, την ικανότητα να διακόπτεις τις νοερές κινήσεις προς το παρελθόν και το μέλλον.

Πώς να ζούμε στο παρόν

Μαθαίνουμε την τέχνη του πώς να ζούμε στο παρόν από τον Ράμανα. Ακούραστα, εκείνος μας διαβεβαιώνει ότι τούτο είναι εφικτό επειδή η φυσική μας κατάσταση είναι η σιωπή. Οι σκέψεις βρίσκονται μόνο στην επιφάνεια όταν είναι αναγκαίες, ενώ στα βάθη επικρατεί καταλυτική σιωπή – ένας απεριόριστος χώρος εντελώς κενός από οποιαδήποτε σκέψη. Εξ ορισμού, η φυσική κατάσταση είναι επίσης και η δική μας κατάσταση. Αυτή δεν είναι κάτι που μας δόθηκε, οπότε δεν μπορούμε να την χάσουμε. Ως εκ τούτου, γεννιέται το ερώτημα ως προς το τι μας εμποδίζει να έχουμε επίγνωση της φυσικής μας καταστάσεως. Το εμπόδιο είναι η άγνοια που έχουμε για τον αληθινό μας εαυτό. Η λύση είναι, επομένως, η Εαυτογνωσία, να ανακαλύψουμε την αλήθεια για το ποιοι είμαστε. Το μόνο πράγμα που έχει σημασία είναι η γνώση του εαυτού μας. Οι γνώσεις που έχουμε, όσο μεγάλες κι αν είναι, αφορούν τα αντικείμενα, αφορούν το σύμπαν. Από την άλλη, αγνοούμε το υποκείμενο, τον θεατή, εκείνον από τον οποίο ολόκληρος ο ορατός κόσμος εξαρτάται. Ως εκ τούτου βλέπουμε τον Ράμανα να τονίζει την προτεραιότητα που έχει η Εαυτογνωσία, δεδομένου ότι αυτή κατέχει το κλειδί για την ευτυχία μας. Πώς έτσι; Διότι αυτή οδηγεί στην ανακάλυψη της φυσικής μας καταστάσεως. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι επί του παρόντος βρισκόμαστε στη συνηθισμένη κατάσταση όπου δίνουμε προτεραιότητα στην σκέψη. Θεωρούμε ότι η ευτυχία ενυπάρχει σε αντικείμενα και απεχθανόμαστε την αδράνεια και την απουσία σκέψεων. Κατά συνέπεια, επικρατεί νοητική ανησυχία. Αντιθέτως, στη φυσική κατάσταση, ο νους σιωπά εντελώς –δεν επικρατεί νοητική φλυαρία– αλλά νιώθεις υπέρμετρα άγρυπνος. Οι συλλογισμοί και οι σκέψεις έχουν καθαρά λειτουργικό χαρακτήρα. Δεν υπάρχουν εκ των υστέρων σκέψεις μήτε μελλοντικές

3 Σάντ-γκουρού. Ο «αληθινός γκουρού,» ο σπάνιος καθοδηγητής που όντως ενσαρκώνει τη Θεϊκή δύναμη. [ΣτΜ]

βλέψεις. Η ευτυχία θεωρείται ότι είναι εγγενής, εντός. Σαν αποτέλεσμα, μας διακατέχει ειρήνη, μια ειρήνη που δεν διαταράσσεται από τη δραστηριότητα.

Η διερεύνηση της έννοιας «Εγώ»

Η πορεία προς την Εαυτογνωσία ξεκινάει από την διερεύνηση της έννοιας «Εγώ», διά της προσήλωσης της προσοχής σε αυτήν. Κατ' ανάγκην, αυτό σημαίνει απόσυρση της προσοχής από αντικείμενα στα οποία τώρα εστιάζει και στροφή της προς την ίδια.

Προτού ασχοληθούμε με το θέμα της στροφής της προσοχής από τα αντικείμενα στο υποκείμενο, είναι σκόπιμο να εξετάσουμε το νόημα που εμείς αποδίδουμε στο υποκείμενο. Κατόπιν, θα πρέπει να σιγουρευτούμε ότι οι υποθέσεις που κάνουμε δεν υπόκεινται σε κάποια πλάνη. Εμείς λοιπόν, εκλαμβάνουμε τον εαυτό μας είτε ως έχοντα συγκεκριμένο όνομα και μορφή είτε ταυτιζόμαστε με το νου. Μπορούμε να αναρωτηθούμε τι λάθος υπάρχει σε αυτό. Ας εξετάσουμε τις τρεις εμπειρικές καταστάσεις μέσα από τις οποίες περνάμε καθημερινά: την εγρήγορση, το όνειρο και τον ανόνειρο ύπνο. Ως προς την κατάσταση της εγρήγορσης, οι υποθέσεις που κάνουμε γι' αυτήν μπορούν να φαίνονται ορθές. Αλλά τι γίνεται με τον ανόνειρο ύπνο και το όνειρο; Όσον αφορά την κατάσταση του ονείρου, αν και μερικές φορές η ταυτότητά μας παραμένει η ίδια με εκείνη της εγρήγορσης, μπορεί κάλλιστα να είναι και είναι συχνά διαφορετική. Ένας πλούσιος και ισχυρός βασιλιάς Somadatta μπορεί σε όνειρο να είναι ο Ronnihah, ένας κουρελιάρης ζητιάνος που δεν ξέρει από πού θα προέλθει το επόμενο του γεύμα, και ούτω καθεξής. Αυτός που ονειρεύεται δεν είναι αυτός που είναι ξύπνιος, επειδή η ταυτότητά τους είναι διαφορετική. Όσο για τον ανόνειρο ύπνο, το «εγώ» της εγρήγορσης απουσιάζει. Εκεί δεν υπάρχει ένας Σάνκαρ ή κάποια Σρι Ντέβι για να απαντήσει, δεδομένου ότι η ιδιαίτερη ταυτότητά τους είναι απύσα. Μπορεί ποτέ, αληθινά, να είμαστε αυτό που δεν είμαστε σε δύο καταστάσεις της καθημερινής μας ύπαρξης, δηλ. στο όνειρο και στον ύπνο;

Η απουσία της αίσθησης της ατομικότητας στον ανόνειρο ύπνο επίσης επιβεβαιώνει την υποψία μας ότι υπάρχει κάτι περισσότερο σε εμάς από ό,τι δηλώνει η φαινομενική ατομικότητά μας. Γιατί δεν μπορούμε να είμαστε κάτι που είναι άλλοτε παρόν και άλλοτε απόν. Δεν μπορεί να υπάρξει καμία διακοπή στη συνείδηση.

Το θέμα αυτό θα μπορούσε επίσης να εξεταστεί από μίαν άλλη σκοπιά. Η υπόθεση πίσω από την ιδέα ότι είμαστε το σώμα ή ο νους είναι ότι τόσο το σώμα όσο και ο νους έχουν αυτοσυνείδηση. Όσον αφορά το σώμα, ας ξεκινήσουμε από την κατάστασή του κατά την ώρα του θανάτου. Το σώμα μπορεί να είναι εντελώς υγιές, μπορεί να είναι νέο σε ηλικία αλλά ονομάζεται «πτώμα» από τη στιγμή που το εγκαταλείπει η ζωτική δύναμη [η *πράνα*]. Ο Ράμανα συνήθιζε να λέει πως αν δεν ήταν έτσι το σώμα θα σηκωνόταν την ώρα που έρχονταν να το πάρουν για αποτέφρωση ή ταφή και θα διαμαρτυρόταν. Αυτό το ζήτημα προβλημάτισε τον Ράμανα από την ηλικία των δώδεκα ετών, όταν πέθανε ο πατέρας του. Το σώμα του πατέρα του κοιμόταν εκεί σαν να κοιμόταν, αλλά υπήρχε μια διαφορά, που έκανε τον Ράμανα να συνάγει ότι το «Εγώ» του πατέρα του είχε φύγει από το σώμα. Προαναφέραμε την καθημερινή εμπειρία του ανόνειρου ύπνου, όπου δεν έχουμε επίγνωση του σώματος. Ο Ράμανα συνήθιζε να λέει πως το σώμα θα μπορούσε να εκληφθεί ως νεκρό, αν δεν συνέχιζε η απαλή αναπνοή σύμφωνα με το θεϊκό σχέδιο.

Γιατί είναι λάθος να ταυτίζεσαι με το νου

Γιατί άραγε είναι λάθος να ταυτιζόμαστε με το νου; Λειτουργικά, η αίσθηση ότι υπάρχουμε σχετίζεται με τις σκέψεις. Μόνο μέσα από τις σκέψεις έρχεται η αίσθηση ότι είμαστε ζωντανοί, ένας ζωντανός οργανισμός. Το λάθος εδώ είναι πως η έρευνα του ερωτήματος: «Τι είναι ο νους;» δεν ανακαλύπτει καμία ανεξάρτητη οντότητα που λέγεται νους. Ο Ράμανα το επισημαίνει αυτό μέσα από παρατηρήσεις, όπως: «Δείξε μου το νου σου και θα τον χτυπήσω», «Ρώτα την αν είδε ποτέ κάτι που λέγεται νους. Εάν ναι, ποια είναι η μορφή του; Έχει άραγε μουστάκι και μούσι;». Γιατί θέτει τέτοιες ερωτήσεις; Επειδή αυτό που ονομάζουμε νους δεν είναι κάτι απτό. Ο νους είναι μόνο μια μάζα από σκέψεις με μια κεντρική σκέψη: «Εγώ είμαι ο τάδε». Σε κάθε δεδομένη στιγμή ο νους είναι τούτη η κεντρική σκέψη μαζί με τις περιστασιακές σκέψεις επί των οποίων εστιάζει την προσοχή του. Άρα ο νους θα είναι πάντα διαρκώς μεταβαλλόμενος. Δεν μπορούμε να είμαστε κάτι μη απτό και πάντα φευγαλέο.

Η πνευματική Καρδιά

Αν δεν είμαστε ούτε σώμα, ούτε νους, ποια άραγε είναι η αληθινή μας ταυτότητα; Πώς άραγε μπορούμε να την ανακαλύψουμε; Στο Δρόμο του Ράμανα το κλειδί του παντός είναι η ανακάλυψη της πνευματικής Καρδιάς, η οποία είναι διαφορετική από το φυσικό όργανο που φέρει αυτό το όνομα. Αυτή είναι ταυτόχρονα η έδρα της συνείδησης και η πηγή του νου. Αυτή είναι η πρωταρχική πηγή της ενέργειας που χρησιμοποιεί το νου και το σώμα. Τούτη η ενέργεια μεταδίδεται, μέσω αγωγών που ονομάζονται 'Nādis', από την καρδιά στο νου και από εκεί στα διάφορα μέρη του σώματος. Μόνο αυτή είναι αυτόφωτη. Ο νους και το σώμα απλώς αντανakλούν το φως της συνείδησης. «Ακριβώς όπως η γεννήτρια παρέχει τη δύναμη που ανάβει τα φώτα, κινεί τους ανεμιστήρες, κλπ., έτσι και αυτή η αρχέγονη δύναμη παρέχει την ενέργεια για να χτυπά η καρδιά, για την αναπνοή, κλπ.». Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη σημασία της Καρδιάς ως πνευματικό κέντρο θα δοθούν αργότερα.

Ο νους αναδύεται από την καρδιά όταν ξυπνάμε και δύνει σε αυτήν όταν περνάμε σε ύπνο. Εφόσον πηγάζει από την Καρδιά, ο νους είναι εκ φύσεως αγνός. Είναι σαν το κύμα σε έναν ωκεανό συνείδησης. Ωστόσο, όσο υπάρχουν λανθάνουσες ροπές ο νους μας δεν μπορεί να παραμείνει στην πηγή του και ως εκ τούτου εξωστρέφεται. Ιδού τι συμβαίνει όταν ξυπνάμε. Εκείνη τη στιγμή ο αγνός νους «αυτοπεριορίζεται», ταυτίζεται με κάποιο συγκεκριμένο σώμα και όνομα και ρυπαίνεται από τις επαφές με αντικείμενα. Για ευκολία κατανόησης, μπορούμε να πούμε ότι ο νους αποτελείται από δύο μέρη: ένα καθαρό «Εγώ είμαι», τη συνείδηση, και ένα «ο τάδε», που είναι αδρανές και περιοριστικό. Είναι σημαντικό να προσέξουμε τη συνείδηση που περιέχει ο νους, γιατί είναι αυτή που τον καθιστά γέφυρα επιστροφής στην Καρδιά. Αυτή τη στιγμή η προσοχή μας είναι σχεδόν αποκλειστικά στραμμένη σε ό,τι δεν έχει σημασία — στην αίσθηση της ξεχωριστής προσωπικότητάς μας και σε άλλες σκέψεις που απορρέουν από αυτό. Το ζητούμενο είναι η στροφή της προσοχής στο «Εγώ είμαι», με μια κατάλληλη μέθοδο.

«Εγώ» — η πρώτη σκέψη

Μια άλλη σημαντική όψη του νου που οφείλουμε να προσέξουμε είναι πως ενώ ο νους αποτελείται από σκέψεις, είναι μόνο η πρώτη σκέψη —«Εγώ είμαι ο τάδε»— που έχει

πραγματική σημασία. Χωρίς την προσοχή του ατόμου οι άλλες σκέψεις δεν μπορούν να εμφανιστούν στον νοητικό ορίζοντα και όταν η προσοχή αποσύρεται αυτές εξαφανίζονται. Επίσης, δεν υπάρχουν αλληλεξαρτήσεις μεταξύ των σκέψεων, αλλά ο στοχαστής, το άτομο, είναι «εξίσου και ουσιαστικά συνδεδεμένος με όλες τις σκέψεις». Ως εκ τούτου, όταν επιχειρούμε να ασχοληθούμε με το νου, όταν προσπαθούμε να ελέγξουμε το νου, είναι ανάγκη να εστιάσουμε την προσοχή μας σε αυτήν την αρχέγονη σκέψη «Εγώ». Όλες οι άλλες σκέψεις, παρά την απίστευτη ποικιλία τους, δεν έχουν την ίδια αξία.

Βασικά εργαλεία

Ο Ράμανα λέει πως ο αποτελεσματικότερος τρόπος για να επιτύχεις τον έλεγχο του νου είναι η αδιάκοπη διερεύνηση της εγκυρότητας των υποθέσεων που κάνουμε για την ταυτότητά μας, θέτοντας το ερώτημα: «Ποιος είμαι Εγώ;». Παρότι τίθεται ερώτημα, δεν πρέπει να δίδεται ούτε αρνητική απάντηση —«Εγώ δεν είμαι το σώμα», αλλά ούτε καταφατική —«Εγώ είμαι ο Εαυτός». Αυτές οι απαντήσεις είναι μόνο ιδέες που ανήκουν στη σφαίρα του νου. Αλλά, αν σε κάθε ευκαιρία, αφήσουμε το ερώτημα να ενεργήσει ελεύθερα (χωρίς να δίδουμε εμείς απάντηση) θα νιώσουμε την πραγματική απάντηση να αναδύεται από εντός, από τα βάθη του «είναι» μας.

Το άλλο εργαλείο που προτείνει ο Ράμανα είναι να αναρωτηθείς: «Από πού προέρχομαι;». Η ατομικότητα φανερώνεται όταν ξυπνάμε και χάνεται μέσα στον ύπνο. Οπότε, οφείλουμε να αναρωτηθούμε σχετικά με την προέλευση του νου. Τέτοιου είδους ερευνητικά ερωτήματα κάνουν το νου να νιώσει την πηγή του, κάτι που είναι τόσο απαραίτητο για να συγχωνευτεί στην Καρδιά.

Η προσήλωση της προσοχής στο υποκείμενο «εγώ» με τη βοήθεια των προαναφερθέντων δίδυμων όπλων, σου χαρίζει την ικανότητα να αντιλαμβάνεσαι αμέσως κάθε διείσδυση σκέψεων. Δηλαδή, γρήγορα, αν όχι άμεσα, προσέχεις την απομάκρυνση της προσοχής από τον στοχαστή. Η απόκρουση των σκέψεων είναι μια προκαταρκτική αναγκαιότητα. Όταν στη συνέχεια μπορέσεις να ασκήσεις σταθερή προσοχή στο «εγώ», τότε ο νους θα στραφεί εντός και ησυχάζει.

Μόλις ο νους στραφεί εντός διά της προσοχής στο υποκείμενο — είναι σημαντικό να περνάμε αμέσως από τη στάση του ερευνητή στη στάση του ουδέτερου θεατή. Το ζητούμενο είναι: «Παράμεινε ήσυχος». Τούτη η επανειλημμένη βύθιση του νου στην ίδια την Καρδιά ενθαρρύνει την περαιτέρω προσπάθεια. Γιατί «εκείνο που βίωσες και γνώρισες ως αληθινό δεν μπορεί ούτε να αμφισβητηθεί ούτε να ξεχαστεί». Έτσι, με την επανειλημμένη άσκηση, ο νους συγγενεύει όλο και περισσότερο με τη συνείδηση και σταδιακά αποκτά την ικανότητα να παραμείνει σταθερά στην πηγή του. Τότε ο νους σιωπά εντελώς. Ο νους, όπως τον ξέραμε, θα είναι νεκρός. Η εξωτερικότητά του και η ταλάντευση του μεταξύ δράσης και αδράνειας παύει. Αντ' αυτού, παραμένει εντός, αγνός και αμόλυντος από σκέψεις. Τότε, ο νους θα αντικατοπτρίζει τη συνείδηση χωρίς παραμόρφωση. Θα αναδυθούν σκέψεις όταν χρειάζονται και κατόπιν θα υποχωρούν. Οι δράσεις θα είναι συγκροτημένες και τέλειες. Πρόκειται για κατάσταση «ξύπνιου ύπνου», απαλλαγμένη από σκέψεις σαν τον ανόνειρο ύπνο, αλλά με συνειδητές δράσεις όπως όταν είσαι ξύπνιος. Όταν φανερωθεί η Εαυτό-επίγνωση, κατακλύζεσαι από τη χαρά που αδιάκοπα πάλλει στην Καρδιά.

Πολλοί, από έλλειψη εμπειρίας της εν λόγω κατάστασης, ανησυχούν όταν ακούν για «κατάσταση απαλλαγμένη από σκέψεις». Είναι λοιπόν ανάγκη να καταστεί σαφές, ξανά, ότι οι νοητικές λειτουργίες —η μνήμη, η λογική, η επαγωγή κλπ.— δεν απουσιάζουν καθόλου και μάλιστα λειτουργούν με πάρα πολύ αυξημένη ικανότητα, λόγω απουσίας περισπασμών. Τα παραδείγματα των απελευθερωμένων του παρελθόντος, οι οποίοι έδρευαν σε αυτήν την κατάσταση της σιωπής, θα μας βοηθήσουν να ξεπεράσουμε αυτό το φόβο. Ο ίδιος ο Ράμανα είναι ένα τέτοιο παράδειγμα, γιατί έκαμνε ό,τι έκαμνε με μεταδοτικό ενθουσιασμό, από την κοπή λαχανικών μέχρι την αποσαφήνιση των αναρίθμητων αποριών των αναζητητών της αλήθειας. Όταν λέμε ότι ο νους είναι «άδειος και ελεύθερος», εννοούμε ότι είναι απαλλαγμένος από σκουπίδια, δηλ. από τους σωρούς των άσκοπων και ψυχολογικών σκέψεων.

Βοηθητικές πρακτικές

Αξίζει επίσης να εξετάσουμε κάποιες συμπληρωματικές πρακτικές που μπορούν να επιταχύνουν τη διαδικασία. Ο Ράμανα συνιστά την «παρακολούθηση της αναπνοής με το νου». Τούτη η προσήλωση, εάν είναι σταθερή, ησυχάζει το νου άμεσα, επειδή και ο νους και η αναπνοή πηγάζουν από την Καρδιά. Καθώς αυξάνει η ικανότητα του νου να εστιάζεται στο «εγώ», η παρακολούθηση της αναπνοής συμβάλλει σε αυτό όπως το φρένο στο αυτοκίνητο ή τα ηνία για ένα άλογο. Ωστόσο, ο Ράμανα δεν την προτείνει τη ρυθμική αναπνοή ως αποκλειστική μέθοδο, γιατί αυτή μπορεί να οδηγήσει σε παροδικό νανούρισμα του νου. Πάντα υπάρχει κίνδυνος να εφησυχάσει ο νους στο σημείο να περάσει σε ύπνο, γιατί ο νους είναι είτε σε δράση, γεμάτος από σκέψεις, είτε κοιμάται, όταν είναι χωρίς σκέψεις. Ωστόσο, το ζητούμενο είναι οι συνειδητές προσπάθειες στροφής του νου εντός και το κράτημά του εκεί μέχρι που να συγχωνευτεί στην πηγή του.

Η χάρη του Sadguru

Πότε άραγε μεσολαβεί η χάρη του *Sadguru*; Είναι άραγε όλα μόνο θέμα ατομικής προσπάθειας; Σαφώς «όχι». Είναι μόνο μέσα από τη χάρη του Ράμανα που κάποιος έλκεται στον άμεσο δρόμο της εαυτό-έρευνας που εκείνος ακούραστα έδειχνε. Σε αυτό το δρόμο δεν υπάρχει τίποτα που θα απασχολήσει το νου, δεν υπάρχουν τελετουργίες, δεν υπάρχουν περιθώρια για φιλοσοφική διαλεκτική, δεν υπάρχουν άρρητες ή κρυφές έννοιες. Εδώ, τα πάντα είναι ένα ανοιχτό βιβλίο. Στο νου αρέσουν τα περίπλοκα. Έτσι, η επιλογή ενός δρόμου που δεν προσφέρει διασκέδαση στο νου δεν μπορεί να συμβεί παρά μόνο μέσα από τη χάρη του. Και η πορεία στο εσωτερικό ταξίδι επίσης εξαρτάται από τη χάρη. Η ατομική προσπάθεια φτάνει μόνο μέχρι το σημείο να επιτύχεις την εσωστρέφεια. Από εκεί και πέρα είναι η χάρη του Ράμανα που «σε καταπίνει ζωντανό» και ανοίγει μια νέα διάσταση στη ζωή. Είναι η καθοδήγηση του Ράμανα από εντός που σε στηρίζει σε πολλές αδιέξοδες καταστάσεις και σε βοηθάει να ξεπεράσεις τη νωθρότητα και την απώλεια ενδιαφέροντος. «Η χάρη είναι επομένως η αρχή και το τέλος. Η εσωστρέφεια οφείλεται στη χάρη, η επιμονή είναι χάρη και η συνειδητοποίηση (η Εαυτό-γνωσία) είναι χάρη».

Η βεβαιότητα της επιτυχίας

Ο Ράμανα, επίσης, συνήθιζε να προτρέπει τους ασκούμενους να επιμείνουν στον πνευματικό τους αγώνα, με πίστη στην βεβαιότητα της τελικής επιτυχίας. «Άλλοι τα κατάφεραν. Γιατί όχι εσύ; Γιατί κάθεσαι και υποβιβάζεσαι προβλέποντας την αποτυχία σου;». Συνήθι-

ζε να λέει πως το πνευματικό ξεδίπλωμα είναι απλώς η ανακάλυψη του ό,τι ήδη υπάρχει, δηλ. της πνευματικής Καρδιάς και της φυσικής καταστάσεως της σιωπής. Εφόσον τούτη η κατάσταση είναι η δική μας και δεν είναι κάτι που μας έχει δοθεί, είναι σίγουρο πως θα τη γνωρίσουμε μέσα από φιλότιμη άσκηση και τη χάρη του *Sadguru* που αλληλεπιδρούν.

Περί τυπικής απάρνησης

Πολλοί πιστεύουν πως η εγκατάλειψη της συζύγου και των παιδιών, η παραίτηση από τη θέση εργασίας, η απάρνηση των εγκοσμίων και άλλα παρόμοια, αποτελούν προϋποθέσεις για την επίτευξη του στόχου. «Πού άραγε να βρούμε χρόνο για πνευματική άσκηση μέσα σ' αυτόν τον πολυάσχολο κόσμο της καθημερινότητας; Τα έργα και τα καθήκοντα δεν μας αφήνουν χρόνο να ασκηθούμε». Ο Ράμανα πάντα αποθάρρυνε τέτοια σφαλερά συμπεράσματα περί κόσμου, γιατί ο κόσμος είναι μέσα στο νου. Αυτό που πρέπει να αντιμετωπιστεί είναι ο νους, από τον οποίο ουδείς μπορεί να απαλλαγεί. Ο καθένας μας είναι σε θέση να διατηρήσει ένα διαρκές υπόγειο ρεύμα εαυτό-έρευνας, σπέρνοντας το σπόρο της αμφισβήτησης για την αλήθεια της υποτιθέμενης ταυτότητάς μας. Είναι μόνο ζήτημα ορθής διαχείρισης χρόνου μεταξύ διαλογισμού και ελεύθερου χρόνου. Ο Ράμανα συνήθιζε να λέει πως ένας που θέλει να κάνει μπάνιο στη θάλασσα δεν αρμόζει να λέει ότι προτιμά να περιμένει μέχρι να καταλαγιάσουν όλα τα κύματα. Μπορεί ποτέ ένας τέτοιος άνθρωπος να κάνει μπάνιο στη θάλασσα; Θα πρέπει να αποφασίσει να βουτήξει – όπως κι αν είναι η θάλασσα. Ο καθένας θα πρέπει να μάθει από μόνος του, ή με κατάλληλη καθοδήγηση, πώς να σκύβει για να δεχτεί το ένα κύμα μετά το άλλο. Κατόπιν, ο αεικίνητος ωκεανός δεν τον φοβίζεται πια, γιατί ξέρει πώς να τον αντιμετωπίζει.

Η άφεση στη φροντίδα του *Sadguru*

Το πρόβλημα των εγκόσμιων καθηκόντων και στενοχωριών μπορεί να αντιμετωπιστεί μαθαίνοντας πώς να αφήνουμε τα πράγματα στη φροντίδα του *Sadguru*. Καθώς προχωράς στην εαυτό-έρευνα, όλο και αυξάνει η εμπιστοσύνη σου στην παντογνωσία και την παντοδυναμία του Ράμανα. Αρχικά δίνεις στον Ράμανα ένα συγκεκριμένο πληρεξούσιο όταν τα πράγματα δεν πάνε καλά, και στη συνέχεια του δίνεις ένα γενικό πληρεξούσιο καθώς η εμπιστοσύνη σου γίνεται πλήρης. Αλλά, θα πρέπει να γνωρίζεις ξεκάθαρα τις επιπτώσεις της «παράδοσης». Θα πρέπει να δεχτείς την εξέλιξη όλων των γεγονότων αδιαμαρτύρητα, αναγνωρίζοντας με βεβαιότητα ότι ο Ράμανα ξέρει τι κάνει. Μια τέτοια εμπιστοσύνη δεν είναι καθόλου λάθος, γιατί εκείνος αναλαμβάνει όλη την ευθύνη για την πλήρη καθοδήγησή σου. Το βάρος πέφτει στον Ράμανα και εκείνος είναι ικανός να το επωμιστεί πολύ καλά.

Περί μετενσάρκωσης

Παρατηρεί κανείς πολύ ενδιαφέρον για το ζήτημα της μετενσάρκωσης. Αυτό ίσως πηγάζει από την αδυναμία να συμβιβαστούμε με το γεγονός του τέλους της ύπαρξής μας. Δεδομένου ότι ταυτίζουμε τον εαυτό μας με το σώμα, ο θάνατος του σώματος φαίνεται κάτι φοβερό. Τι είναι αυτό που συμβαίνει κατά τη στιγμή του θανάτου; Ο νους συγκεντρώνει τη ζωτική ενέργεια [την *πράνα*] και προσκολλιέται σε ένα άλλο σώμα είτε λεπτοφυές είτε χονδροειδές προτού εγκαταλείψει το τωρινό⁴. Ο καρμικός σκοπός των επανει-

4 Η *Bṛhadāranyaka Upanishad* 4.4.3 λέει: «Ακριβώς όπως η κάμπια που κάθεται στην άκρη του χόρτου πιάνει ένα άλλο χόρτο και κατόπιν συστέλλεται για να εγκαταλείψει το προηγούμενο, έτσι και ο εαυτός παρατάει το σώμα –

λημμένων γεννήσεων είναι για να δοθεί ευκαιρία να καρποφορήσουν οι επιθυμίες και οι προσκολλήσεις που κουβαλάει ο νους σε σπερματική μορφή. Όσο ο νους δεν έχει ακόμα συγχωνευτεί σταθερά στην Καρδιά, η γέννηση και η αναγέννηση είναι αναπόφευκτες. Όποιος επιθυμεί να γλιτώσει από αυτόν τον κύκλο πρέπει να δουλέψει για να επιτύχει τη σταθερή Εαυτοεπίγνωση. Έτσι ανακαλύπτεις τον πραγματικό σκοπό της ζωής, που είναι η διερεύνηση του ερωτήματος: «Για ποιον είναι η γέννηση;» και να πάρεις απάντηση από την απαλλαγή σου από τη συνέχισή της.

Περί πεπρωμένου και ελεύθερης βούλησης

Το συναφές ζήτημα του πεπρωμένου και της ελευθερίας της βούλησης, επίσης προέκυπε αρκετά συχνά κατά τις συζητήσεις των αναζητητών με τον Ράμανα. Και εδώ βλέπουμε τον Ράμανα να ανατρέχει στη ρίζα του ερωτήματος, ζητώντας από τον συνομιλητή να ανακαλύψει αυτόν που το πεπρωμένο και η ελεύθερη βούληση αφορούν. Έτσι, με αυτόν τον τρόπο, σε επαναφέρει στην αναζήτηση για την αληθινή ταυτότητα. Συνήθιζε επίσης να συνιστά μια διέξοδο από τις ακίδες και τα βέλη του πεπρωμένου, με την πρόταση ότι μπορείς να τα ξεπεράσεις μέσω της «παράδοσης» στον γκουρού. Μόλις γίνεις ικανός να αποδέχεσαι όσα σου συμβαίνουν στη ζωή σου ως δίκαια, τότε παύεις να χαρακτηρίζεις τα γεγονότα ως «καλά» και «κακά». Υπάρχει άραγε κάποιος που ξέρει καλύτερα τι είναι «καλό» και τι είναι «κακό» από τον ίδιο τον *Sadguru*; Εμείς δεν γνωρίζουμε τη συνολική καρμική μας εικόνα ενώ εκείνος την έχει. Ως εκ τούτου, η δική μας κρίση μπορεί να είναι και σφαλερή και κοντόφθαλμη, ενώ η δική του είναι σίγουρα ξεκάθαρη και προς το συμφέρον μας.

Περί θαυματουργίας

Πολλοί ενδιαφέρονται για τα θαύματα. Ρωτάνε αν είναι πρόπον να ασκούν οι *jñāni* υπερφυσικές ικανότητες. «Πώς συμβαίνει κάποιος *jñāni* να κάνουν θαύματα, ενώ άλλοι δεν κάνουν;». Ο Ράμανα κατατάσσει τα θαύματα σε δύο κατηγορίες – εκείνα που είναι έμφυτα στους *jñāni* και εκείνα που ανήκουν στη σφαίρα του νου, τα οποία κάποιος κάνει για να εντυπωσιάσουν και να κερδίσουν όνομα και φήμη. Σε αυτή τη δεύτερη κατηγορία ανήκουν οι ατυχείς. Ακόμη κι ένας μάγος γνωρίζει κατά την εκτέλεση του κόλπου του, ότι παράγει ψευδαισθήσεις. Αλλά από την άλλη πλευρά θα πρέπει, μέσα στην πλάνη του, ο ίδιος ο θαυματουργός να πιστεύει στην πραγματικότητα της ψευδαίσθησης που παράγει. Διότι, τα *Siddhis* [οι υπερφυσικές ικανότητες] δεν είναι μέσα που οδηγούν στην Εαυτογνωσία και εξακολουθείς να κατέχεσαι από αγνωσία παρά την κατοχή αυτών των ικανοτήτων. Αυτό που πρέπει να θυμόμαστε είναι ότι η Εαυτό-επίγνωση είναι το μόνο αληθινό θαύμα. Όσον αφορά τα φυσικά θαύματα των *jñāni*, αυτοί εκδηλώνουν υπερφυσικές ικανότητες πού και πού ανάλογα με το θεϊκό σχέδιο. Αλλά αυτό δεν τους επηρεάζει καθόλου. Το σημάδι του *jñāni* είναι η απέραντη αταραξία.

Πώς δίδασκε ο Ράμανα;

Με ποιο τρόπο άραγε μετέδιδε ο Ράμανα τη διδασκαλία του; Για πολλά χρόνια, όταν έμενε στις σπηλιές του όρους Arunāchala, δεν μιλούσε σχεδόν καθόλου. Δεν υπήρχε ανάγκη. Στην απεραντοσύνη της σιωπής που εξέπεμπε η παρουσία του, οι απορίες των αναζητητών λύνονταν. Ακόμη και κατά τα μεταγενέστερα έτη η σιωπή ήταν τόσο επιβλητική που

το αναισθητοποιεί (παύει να ταυτίζεται μαζί του)— πιάνει ένα άλλο στήριγμα και συστέλλεται εκεί». [ΣτΜ]

οι αναγκαίες απαντήσεις φανερώνονταν στους νόες των αναζητητών. Ωστόσο, πάντα υπήρχαν περιπτώσεις όπου ο Ράμανα παρείχε διευκρινίσεις με επιγραμματικό και άμεσο τρόπο. Αλλά πριν το κάνει αυτό συνήθως έριχνε ένα διαπεραστικό βλέμμα χάριτος που επέτρεπε στον ερωτώντα να συλλάβει την πλήρη σημασία του μηνύματος. Θα μπορούσε κανείς να πει ότι ακόμη και σήμερα, που δεν είναι πια στο σώμα, η δύναμη του βλέμματός του δεν έχει μειωθεί. Μπορεί κανείς να το αισθανθεί και να επωφεληθεί από τα εκφραστικά μάτια του στις φωτογραφίες του. Το φως που ακτινοβολεί από εκείνα τα μάτια ησυχάζει το νου και βοηθά στην επίλυση προβλημάτων κατά τη διάρκεια της άσκησης. Ο Ράμανα θα τονίσει επίσης την ανάγκη να μην ξεχνάμε την εσωτερική παρουσία του γκουρού. Από την ηλικία της αθωότητας, είχε λάβει ο ίδιος την καθοδήγηση του Arunāchala, το ιερό όρος που θεωρείται ως ενσάρκωση του Κυρίου Σίβα. Ομοίως, η καθοδήγηση του εσωτερικού γκουρού Ράμανα είναι ανοιχτή σε όλους όσους μπορούν να στραφούν εντός και να νιώσουν την παρουσία του.

Το καλύτερο δώρο προς τον δάσκαλο

Καθώς γεύεσαι τα οφέλη, τη χαρά που χαρίζει η διαδρομή, συχνά θα αναρωτηθείς πώς μπορείς να αποπληρώσεις το τεράστιο χρέος σου προς τον Ράμανα. Εκείνος είναι η πληρότητα της συνείδησης. Τι μπορείς να του δώσεις; Το ερώτημα τέθηκε στον ίδιο τον Ράμανα. Απαντώντας, εκείνος ανέφερε μια ρήση του «*Kaivalya Navaneetam*» (βεδαντικό έργο σε ταμιλική γλώσσα), που λέει ότι το καλύτερο δώρο του μαθητή στον γκουρού είναι να κατακτήσει ο ίδιος την Εαυτό-επίγνωση.

Η δομή του παρόντος βιβλίου

Οι συνομιλίες που επιλέχτηκαν γι' αυτό το βιβλίο είναι ως επί το πλείστον από την περίοδο μέχρι τα μέσα της δεκαετίας του τριάντα. Επειδή εκείνα τα χρόνια οι αναζητητές είχαν μεγαλύτερη οικειότητα και ελευθερία πρόσβασης. Είχαν τον Ράμανα στην αποκλειστική τους διάθεση. Το κύριο μέλημα πολλών εξ αυτών ήταν η ανακάλυψη της αλήθειας. Πόσο λαμπρός ο γαλαξίας των ερωτώντων: Ganapati Muni, Kapali Sastri, Daivarata, Humphreys, Narasimha Swami, Paul Brunton, Ramanānanda Swarnagiri και Cohen. Έχουμε πάρα πολλά να μάθουμε από τις συνομιλίες τους. Δυστυχώς, σε μεγάλο βαθμό, αυτές είναι σαν κρυμμένους θησαυρούς, σαν διάσπαρτα μαργαριτάρια. Γιατί ξεφεύγουν της προσοχής σε μικρά φυλλάδια, σε λίγο γνωστές δημοσιεύσεις, σε μεμονωμένες αναμνήσεις, σε μικρά μέρη βιβλίων. Αυτά έχουν συγκεντρωθεί και ταξινομηθεί εδώ, προκειμένου να αξιοποιηθούν προς όφελος των σοβαρών αναζητητών.

Για λόγους πληρότητας και όταν χρειάζεται για το θέμα, έχουν περιληφθεί επιλεκτικά μερικές συζητήσεις των μεταγενέστερων χρόνων που κατέγραψαν οι Munagala Venkataramiah, Devaraja Mudaliar, Subbaramayya ή που βρίσκονται σε άλλες εκδόσεις του Ραμανάσραμαμ.

Στην αρχή του κάθε κεφαλαίου δίδονται σύντομες σημειώσεις σχετικά με βασικά σημεία που πρέπει να έχουμε κατά νου. Η διάταξη του περιεχόμενου του κάθε κεφαλαίου και η σειρά των κεφαλαίων εξυπηρετεί κατά την άποψη μας τις ανάγκες των αναζητητών. Ο σκοπός του βιβλίου είναι να αποτελέσει πρακτικό οδηγό για το μονοπάτι⁵.

⁵ Τούτη η εισαγωγή και τα λίγα αποσπάσματα που ακολουθούν είχαν αναρτηθεί στο ramanaway.org που έχει τώρα εξαφανιστεί. Κατά την άποψή μας προσφέρει μια εξαιρετική περίληψη του όλου θέματος για το οποίο μπορεί

Σε τι άραγε χρησιμεύει η εαυτό-έρευνα;

Θα μπορούσε κανείς κάλλιστα να αναρωτηθεί: «Σε τι χρησιμεύει η εαυτό-έρευνα; Τι θα χάσω αν δεν την ασκήσω; Τι μπορώ να κερδίσω μέσα από την επιμελή άσκησή της;». Θα πάρουμε απάντηση αν ρίξουμε μια προσεκτική ματιά στην παρούσα ζωή μας. Είμαστε άραγε ευχαριστημένοι; Είμαστε άραγε διαρκώς ευτυχισμένοι όλη την ώρα ή μήπως δοκιμάζουμε συνεχώς τα γλυκόπικρα της ζωής; Είναι άραγε ο νους μας υπό τον έλεγχό μας; Είμαστε άραγε σε θέση να χαλαρώσουμε και να αναχαιτίσουμε τις σκέψεις μας; Ή μήπως είμαστε δούλοι των επίμονων αιτημάτων των σκέψεων; Πού άραγε είναι η ποθητή νοητική ειρήνη; Είμαστε εμείς μαριονέτες της μοίρας ή κυβερνήτες της; Δεν θα θέλαμε άραγε να απαλλαγούμε από όλη αυτήν την ατελείωτη δραστηριότητα που δεν μας αφήνει χρόνο ούτε να κοντοσταθούμε και να χαζέψουμε; Ο καθένας γνωρίζει την πραγματική απάντηση μέσα στην καρδιά της καρδιάς του. Ως εκ τούτου, ο κόσμος αναζητάει τη διέξοδο που προσφέρει ο δρόμος του Ράμανα. Είναι ένας δρόμος πρακτικός όπου σε καθοδηγεί η εμπειρία. Καθώς πορεύεσαι στο δρόμο, μαθαίνεις να εκτιμάς την ομορφιά του. Ο στόχος και η μεθοδολογία του είναι σαφής. Ο στόχος είναι η ανακάλυψη της αληθινής σου ταυτότητας και η διαμονή στην φυσική σου κατάσταση. Τα μέσα για να φτάσεις στην φυσική κατάσταση είναι επίσης ξεκάθαρα. Σταδιακά, τα δεσμά του νου, η αιχμαλωσία στο χρόνο καταρρέουν. Τότε είσαι εκείνη η δυναμική σιωπή, η άφθονη χαρά.

A.R. Natarajan

Ημέρα των Εγκαινίων
του Ιερού Μαχάρσι.
5 Δεκεμβρίου 1991.

ΜΕΡΟΣ 2

Αναρτήθηκε από Ramanawork στις 20.12 την Πέμ. 2011-01-06 6:57

Η επίγνωση «Εγώ-Εγώ»

Προς διευκόλυνση στη συζήτησή μας, ορίζουμε ότι θα ονομάζουμε αυτό που εμείς νομίζουμε ότι είμαστε –την γνωστή σε εμάς χωριστή ατομικότητα που έχει συγκεκριμένο όνομα και μορφή– ως: «*ψευτο-Εγώ*». Αυτό που το καθιστά ψευδές είναι η αίσθηση ότι έχεις όρια. Αντιθέτως, η επίγνωση της πληρότητας της συνείδησης που ονομάζεται «*Εγώ-Εγώ*», είναι το πραγματικό «*Εγώ*». Αληθινά, είμαστε συνείδηση αδέσμευτη από σκέψεις, αδέσμευτη από οποιονδήποτε περιορισμό. Είναι ανάγκη να τονίσουμε, ξανά, ότι δεν έχουμε δύο εαυτούς, έναν «*ψεύτικο*» και έναν «*πραγματικό*», αλλά αυτές οι εκφράσεις έχουν τον σκοπό να μεταδώσουν και την ιδέα της ανάγκης για έρευνα και την πληροφορία για το τι συμβαίνει όταν ανακαλύψεις την πραγματική σου φύση. Ο Ράμανα πληροφορεί πως όταν επικεντρώνεις την προσοχή σου αναπόσπαστα στην πηγή του νου, τότε ο νους στρέφεται εντός. Κατόπιν ο νους τραβιέται μέσα από το ρεύμα της συνείδησης στην Καρδιά. Θα μπορούσε κανείς να πει ότι το ψευδές «*Εγώ*» κάνει τόπο για το πραγματικό «*Εγώ*».

Δεν υπάρχει καμία διακοπή στην αίσθηση του πραγματικού «*Εγώ*», σε αντίθεση με το ψεύτικο «*Εγώ*». Το τελευταίο εμφανίζεται μόνο σε καταστάσεις εγρήγορσης και απουσιάζει κατά τον ανόνειρο ύπνο. Για να δηλώνει την αδιάκοπη συνέχεια του αληθινού «*Εγώ*», ο Ράμανα χρησιμοποιούσε την έκφραση «*Εγώ-Εγώ*».

Η πνευματική Καρδιά είναι πάντα παρούσα. Γι' αυτό ονομάζεται «*Swaroora*», «*φυσική κατάσταση*». Είναι η γνώση της παρουσίας της που νιώθουμε ως διαρκές «*Εγώ-Εγώ*». Τη νιώθουμε μέσα στην Καρδιά με καθαρό νου. Ενώ είναι πάντα παρούσα, αυτή η αίσθηση νιώθεται μόνο από έναν απαλλαγμένο από σκέψεις καθαρό νου που την αντανακλά.

Αρχικά, κατά τη διάρκεια της άσκησης αυτή η αίσθηση βιώνεται με διακοπές (λόγω αποσπάσεων της προσοχής). Όταν αυτή η εμπειρία γίνει σταθερή και συνεχής, αυτό ονομάζεται «*jñāna*» [γνώση]. Αυτός ο καρδιακός παλμός ονομάζεται «*sphurana*» [δόνηση] από τους γιόγκις.



Πιστός : Εσείς εγκωμιάζετε τη γνώση. Εγώ ξεκινάω από το σώμα. Υπάρχει άραγε κάποια διαφορά μεταξύ του πώς ένας *jñāni* [αφυπνισμένος] και ένας *ajñāni* [αμαθής] βιώνουν το σώμα τους;

Μαχάρσι : Υπάρχει. Πώς μπορεί να είναι διαφορετικά; Το έχω δηλώσει συχνά.

Π : Άρα η *Vedānta jñāna* [η Γνώση της Βεδάντα] όπως διδάσκεται και συζητιέται είναι ίσως διαφορετική από την πρακτική άσκηση και συνειδητοποίηση της. Εσείς συχνά επαναλαμβάνετε ότι η αληθινή σημασία του «*Εγώ*» εδρεύει στην Καρδιά.

Μ : Ναι, όταν βυθιστείς βαθύτερα χάνεις τον εαυτό σου, τρόπος του λέγειν, στα αβυθο-

μέτρητα βάθη – τότε η Πραγματικότητα που είναι ο ίδιος ο Άτμαν που σε στήριζε μέχρι τώρα, σε αρπάζει. Προκύπτει ένα συνεχές σπινθήρισμα Εγώ-συνείδησης του οποίου, ας πούμε, μπορείς να έχεις επίγνωση, να το νιώσεις, να το ακούσεις, να το αγγίξεις. Είναι αυτό που εγώ αποκαλώ «*Aham sphoorti*» [Εγώ-δόνηση].

Π : Είπατε ότι ο Άτμαν είναι αμετάβλητος, αυτόφωτος κλπ., αλλά, από την άλλη μιλάτε για την αδιάκοπη λάμψη της Εγώ-συνείδησης, την «*Aham-sphoorti* ». Μήπως αυτό υπονοεί κάποια κινητικότητα, δηλαδή σημαίνει ότι δεν έχεις ακόμα επιτύχει την πλήρη συνειδητοποίηση όπου δεν υπάρχει καμία κίνηση;

Μ : Τι εννοείς με ‘πλήρη συνειδητοποίηση’; Θες άραγε να πεις ότι γίνεσαι σαν την πέτρα, μια αδρανής μάζα; Το «*Aham-Vritti*» [νοητικό κύμα «Εγώ»] είναι διαφορετικό από το «*Aham-sphoorti*». Το πρώτο είναι μια δραστηριότητα του εγώ και θα χαθεί για να κάνει τόπο στο δεύτερο, που είναι η αιώνια έκφραση του Εαυτού. Σε βεδαντική ορολογία η «*Aham-sphoorti*» λέγεται «*Vritti Jñāna*». Η συνειδητοποίηση, η *Jñāna*, πάντα προκύπτει μέσω ενός *Vritti* [νοητικού κύματος]. Η *Vritti Jñāna*, η Συνειδητοποίηση, διαφέρει από την *Svaroopa*, το Αληθινό. Η *Svaroopa* είναι *Jñāna* αυτή καθαυτή, πάντα είναι Συνείδηση. Η «*Svaroopa*» είναι η πανταχού παρούσα «*Sat-Chit*» [Υπαρξη-Συνείδηση]. Μας είναι ήδη παντοτινά κεκτημένη. Όταν τη συνειδητοποιείς, τούτη η συνειδητοποίηση λέγεται «*Vritti Jñāna*». Είναι μόνο αναφερόμενος στη δική σου ύπαρξη που μπορείς να μιλάς για συνειδητοποίηση, για *Jñāna*. Επομένως, όταν μιλάμε για *Jñāna*, πάντα εννοούμε την «*Vritti Jñāna*» και όχι την «*Svaroopa Jñāna*». Η «*Svaroopa*», αυτή καθαυτή, πάντα είναι *Jñāna* (Συνείδηση).

Π : Μέχρι τώρα σας παρακολουθώ. Αλλά τι γίνεται με το σώμα; Είναι άραγε δυνατό να νιώσω την *Vritti Jñāna* όντας ενσώματος;

Μ : Μπορείς να νιώσεις ότι είσαι ένα με το Ένα που υπάρχει. Ολόκληρο το σώμα μετασχηματίζεται σε σκέτη δύναμη, ένα ζωτικό ρεύμα. Η ζωή σου γίνεται μια βελόνα που έλκεται από έναν τεράστιο μαγνήτη και καθώς βυθίζεσαι όλο και βαθύτερα, γίνεσαι ένα σκέτο επίκεντρο και στη συνέχεια, ούτε αυτό, γιατί γίνεσαι σκέτη συνείδηση, παύουν οι σκέψεις και οι έγνοιες – οι οποίες συντρίφθηκαν στο κατώφλι του νου. Πρόκειται για έναν κατακλυσμό. Εσύ, ένα ασήμαντο άχυρο, καταπίνεσαι ζωντανός, αλλά αυτό σου είναι πολύ ευχάριστο, γιατί γίνεσαι το ίδιο πράγμα που σε κατάπιε. Έτσι είναι η ένωση του «*Jeeva*» [του ατόμου] με το «*Brahman*», έτσι χάνεται το εγώ μέσα στον αληθινό Εαυτό, έτσι καταστρέφεται η αναλήθεια, έτσι επιτυγχάνεται η Αλήθεια.⁶



Mr.C. : Το *Vivekachudamani* πληροφορεί ότι η «Εγώ-Εγώ» Συνείδηση λάμπει αιώνια μες στην Καρδιά, αλλά ουδείς έχει επίγνωσή της.

Μ : Ναι, αυτή υπάρχει σε όλους τους ανθρώπους χωρίς εξαίρεση, σε όποια κατάσταση κι αν βρίσκονται – στο ξύπνιο, στο όνειρο και τον ανόνειρο ύπνο – είτε έχουν επίγνωσή της είτε όχι.

Mr.C. : Στις Συνομιλίες που περιλαμβάνει το «*Sat-Darshana-Bhāṣya*», γίνεται αναφορά στο «Εγώ-Εγώ» ως Απόλυτη Συνείδηση, ενώ ο Bhagavan [ο Ράμανα] μου είπε κάποτε ότι

6 Sad-Darshana-Bhasya & Talks with Maharshi pp.xx-xxi, Ramanasraman 1953, 4th edition.

το οποιοδήποτε βίωμα που προκύπτει πριν από το *Sahaja Nirvikalpa Samādhi*⁷ είναι κάτι διανοητικό.

M : Ναι, η «Εγώ-Εγώ» Συνείδηση είναι το Απόλυτο. Παρότι έρχεται πριν από το *Sahaja* υπάρχει σε αυτήν, όπως στο *Sahaja*, ο λεπτοφυής νους. Η διαφορά είναι ότι στο *Sahaja* η αντίληψη μορφών χάνεται, ενώ τούτο δεν συμβαίνει στην «Εγώ-Εγώ» Συνείδηση.⁸



Mr.C. : Μήπως η ερώτηση «Ποιος είμαι εγώ;» συνδέεται με κάποιο ορισμένο σημείο του σώματος;

M : Είναι ολοφάνερο πως η εαυτό-συνείδηση σχετίζεται με την ατομικότητα και θα πρέπει ως εκ τούτου να βιωθεί ως το «είναι» σου, με κάποιο σημείο του σώματος ως το επίκεντρο της εμπειρίας. Αυτή είναι σαν το δυναμό μιας μηχανής που παράγει ισχύ για να κινηθούν όλων των ειδών οι ηλεκτρικές συσκευές. Αυτή διατηρεί εν ζωή το σώμα και τις δραστηριότητες όλων των τμημάτων και των οργάνων του –συνειδητών και αφανών– και επίσης συντηρεί τη σχέση μεταξύ των φυσικών και των λεπτοφυών επιπέδων στα οποία λειτουργεί το άτομο. Επίσης, όπως το δυναμό, αυτή δονείται και γίνεται αντιληπτή από έναν ήρεμο νου που θα την προσέξει. Αυτή είναι γνωστή στους γιόγκι και τους *sādhakas* [ασκούμενους] ως η «*sphurana*», που μέσα σε «*samādhi*» σπινθηρίζει με συνείδηση.

Mr.C. : Πώς να προσεγγίσουμε αυτό το Κέντρο, από το οποίο αυτό που εσείς ονομάζετε Έσχατη Συνείδηση –το «Εγώ-Εγώ»– αναδύεται; Προκύπτει άραγε αυτό απλά με το να σκέφτεσαι: «Ποιος είμαι εγώ;»;

M : Ναι, θα σε μεταφέρει εκεί. Θα πρέπει να το κάνεις με ήρεμο νου – η νοερή ηρεμία είναι απαραίτητη.

Mr.C. : Πώς άραγε εκδηλώνεται αυτή η συνείδηση όταν φτάνουμε στο κέντρο – στη Καρδιά; Πώς θα την αναγνωρίσω;

M : Ως καθαρή συνείδηση βέβαια, απαλλαγμένη από οποιαδήποτε σκέψη. Έχεις καθαρή, αδιάσπαστη επίγνωση του εαυτού σου, μάλλον του «Είμαι» σου – δεν υπάρχει καμία αμφιβολία όταν η επίγνωση είναι καθαρή.

Mr.C. : Νιώθει άραγε κανείς τη δόνηση του Κέντρου, ταυτόχρονα με την εμπειρία της Καθαρής Συνείδησης ή πριν ή μετά;

M : Συμβαίνουν και τα δύο. Αλλά η *sphurana* νιώθεται είτε με λεπτό τρόπο ακόμη κι όταν ο διαλογισμός έχει επαρκώς σταθεροποιηθεί και εμβαθυνθεί και η Έσχατη Συνείδηση είναι πολύ κοντά, είτε κατά τη διάρκεια μιας ξαφνικής τρομάρας είτε ενός σοκ, όπου ο νους έρχεται σε στασιμότητα. Αυτό έλκει την προσοχή στον εαυτό του, έτσι ώστε ο ευαισθητοποιημένος από την ηρεμία νους του διαλογιζόμενου, να μπορέσει να τη νιώσει, να στραφεί προς την κατεύθυνσή της και τέλος, να βουτήξει σε αυτήν, στον Εαυτό.⁹



7 *Sahaja* [φυσικό], *Nirvikalpa* [χωρίς σκέψεις].

8 S.S.Cohen, Guru Ramana. p,81.

9 Ibid. pp. 82, 83.

ΜΕΡΟΣ 3

(Αναρτήθηκε από Ramanawork2012 την Πέμ. 2011-01-06 7:15)

ΠΡΑΚΤΙΚΗ

Μέχρι που να προκύψει η Εαυτό-επίγνωση, η αίσθηση του πράττοντος –δηλ. η αίσθηση ότι εσύ πράττεις κι ότι τα αποτελέσματα εξαρτώνται από εσένα– θα είναι παρούσα σε μεγαλύτερο ή μικρότερο βαθμό. Τότε αγνοείς την αλήθεια ότι η δύναμη για την εκτέλεση της δράσης σου και η ευθύνη για την επιτυχία της εξαρτάται από το Θεό, από τη χάρη του *Sadguru*. Ως εκ τούτου βρίσκουμε τον Ράμανα να τονίζει την αναγκαιότητα για προσπάθεια και στη σφαίρα της πνευματικής άσκησης. Ο Ράμανα δεν ενθαρρύνει καμία χαλαρότητα εκ μέρους του ασκούμενου. Οφείλει να καταβάλλει τις αναγκαίες επίμονες προσπάθειες με τη βεβαιότητα ότι έτσι εξασφαλίζει τη στήριξη του γκουρού.

Μια άλλη επισήμανση που συνήθιζε να κάνει ο Ράμανα ήταν ότι αφού η καθοδήγηση του γκουρού έρχεται κατ' ουσίαν από εντός, είναι η άσκηση και μόνο που θα σου χαρίσει την εγρήγορση και την ευαισθησία να νιώσεις τη βοήθεια και την υποστήριξη του γκουρού. Επίσης, «όσο περισσότερο διαλογίζεσαι τόσο πιο εύκολος γίνεται ο διαλογισμός» – γιατί έτσι γεννιέται ένα υπόγειο ρεύμα που σε συνοδεύει ακόμα κι όταν ασχολείσαι με κάποια άλλη δραστηριότητα.

Θα πρέπει πάντα να επαγρυπνούμε να μην ελαττωθεί η ένταση της προσπάθειάς μας. Ο μετασχηματισμός που προκύπτει από τη σταθερή άσκηση μπορεί να μην είναι φανερός. Γιατί δεν υπάρχουν σταθερά ορόσημα στο δρόμο. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε ανυπομονησία, ατονία και απώλεια ενδιαφέροντος. Εξ ου βρίσκουμε τον Ράμανα να βεβαιώνει ότι ο Θεός ξέρει τη δουλειά του, η οποία είναι η παροχή αποτελεσμάτων στην κατάλληλη χρονική στιγμή. Έτσι, μπορείς να προχωρήσεις με τη βεβαιότητα ότι η προσπάθειά σου δεν πάει χαμένη. Όταν υπάρχει «η σταθερή ώθηση της αποφασιστικότητας» όλα θα έρθουν εντάξει στο τέλος.



Πιστός : Ο νους μου διαρκώς περιπλανιέται. Τι πρέπει να κάνω;

Μαχάρσι : Προσπάθησε να τον προσηλώσεις σε μια μόνο σκέψη.

Π : Αν αυτό είναι δυνατό, τι απομένει να γίνει μετά;

Μ : Μόλις έρχονται, μερικοί θέλουν να γίνουν *jñāni* στη στιγμή. Αγνοούν την ανάγκη για προσπάθεια.¹⁰



Ήρθαν δύο κυρίες από το Kumbakonam. Μία από αυτές είπε:

Κυρία : Θέλουμε να μας μιήσετε σε κάτι που θα μας απελευθερώσει γρήγορα.

¹⁰ A.R. Natarajan (tr. & ed. Unforgettable Years, 'Rangan', p. 41.

Ο Μαχάρσι έμεινε σιωπηλός. Μετά από λίγο, αυτή είπe:

Κυρία : Παρακαλούμε διδάξετε μας. Πρέπει να προλάβουμε το τρένο.

Το επανέλαβε αυτό μερικές φορές. Ο Bhagavan, ο πονόψυχος, δεν ενοχλήθηκε και είπe (απευθυνόμενος στον Muruganar):

Μαχάρσι : Παρακαλώ πες τους να ψάξουν να μάθουν ποιος νιώθει την άγνοια. (Αργότερα εκείνος προσέθεσε) Βιάζονται να προλάβουν το τρένο, που είναι κάτι σημαντικό γι' αυτές. Μέσα στο λίγο χρόνο που είναι εδώ, θέλουν μια γρήγορη πρόσβαση στην «*moksha*» [την απελευθέρωση]. Είναι άραγε αυτό κάτι που αγοράζεται σε μαγαζί;¹¹



Π : Σουάμι, δεν θέλω τίποτα. Δώστε μου μόνο την απελευθέρωση.

Μ : (Γελώντας ολόκαρδα) Είναι η απελευθέρωση ένα εμπόρευμα προς πώληση; Μήπως την έχω κρυμμένη κάπου; Απελευθέρωση σημαίνει απάρνηση των πάντων. Υπάρχει άραγε κάτι χωριστό από μένα το οποίο μπορώ να δώσω;¹²



Π : Ποια είναι η καλύτερη μέθοδος διαλογισμού; Μερικοί λένε ότι η συγκέντρωση της προσοχής στο κέντρο ανάμεσα στα φρύδια χαρίζει γρήγορα αποτελέσματα.

Μ : Σημασία έχει η ακλόνητη αποφασιστικότητα. Δεν υπάρχει κάποια διαφορά αν συγκεντρωθείς στην άκρη της μύτης, στο κέντρο των φρυδιών κλπ. Αυτό που έχει ιδιαίτερη σημασία είναι η εστίαση της προσοχής στην πηγή του *μάντρα*. Ο ήχος αναδύεται από την Καρδιά. Η προσοχή οφείλει να κρατηθεί σταθερά σε αυτήν. Η επιμονή και μόνο μετράει. Όσο περισσότερο διαλογίζεσαι τόσο πιο εύκολος γίνεται ο διαλογισμός. Τελικά γίνεται φυσικός.¹³



Π: Παρά την προσπάθειά μου να ζήσω σωστή ζωή και να σκέφτομαι τον Εαυτό μου αναισθησία, μου συμβαίνουν συχνές πτώσεις και διακοπές. Τι πρέπει να γίνει λοιπόν;

Μ : Θα έρθουν όλα εντάξει στο τέλος. Η σταθερή ώθηση της αποφασιστικότητάς σου σε επαναφέρει μετά από κάθε πτώση ή διακοπή. Σταδιακά τα εμπόδια εξαφανίζονται και το ρεύμα σου δυναμώνει. Τα πάντα έρχονται δεξιά στο τέλος. Το ζητούμενο είναι η σταθερή αποφασιστικότητα.¹⁴



Π : Ο διαλογισμός είναι εφικτός μόνο με έναν ελεγχόμενο νου, ο οποίος επιτυγχάνεται μόνο μέσω διαλογισμού. Δεν είναι αυτό φαύλος κύκλος;

Μ : Αυτά είναι αλληλένδετα. Στην πραγματικότητα ο διαλογισμός περιλαμβάνει τον έλεγχο του νου, δηλ. τη λεπτή επαγρύπνηση έναντι στην είσοδο σκέψεων. Στην αρχή οι προ-

11 Ibid. 'Santamma'.

12 Subbalakshmi Amma', p.89.

13 N.N. Rajan, 'Leaves from the Diary', The Ramana Way, Dec. 1990, p. 10.

14 B.V. Narasimha Swami, 'Scenes from Ramana's Life - I', The Mountain Path Jan. 1980, p. 21.

σπάθειες για έλεγχο είναι μεγαλύτερες από ό,τι για διαλογισμό, αλλά εν καιρώ, ο διαλογισμός κερδίζει και γίνεται εύκολος.

Π : Αυτό απαιτεί τη Χάρη σας.

Μ : Η άσκηση είναι απαραίτητη, η Χάρη είναι δεδομένη.

Π : Στο διαλογισμό υπάρχουν άραγε λέξεις που οφείλουν να επαναλαμβάνονται νοερά;

Μ : Τι άλλο είναι ο διαλογισμός από τη νοερή επανάληψη μιας έννοιας; Πρόκειται για μια νοερή *jarām* [επανάληψη] που αρχίζει με λέξεις και καταλήγει στη σιωπή του Εαυτού.¹⁵



Ο Bhagavan διηγήθηκε την περίπτωση ενός *sannyāsi* και των μαθητών του, σε δύο από τους παλιούς κάτοικους του *άσραμα* και μερικούς επισκέπτες που έτυχαν να είναι παρόντες, για να διευκρινίσει αυτό που ονομάζεται «*sraddhā*», δηλαδή σοβαρότητα του σκοπού.

Μ : Ήταν κάποτε ένας γκουρού που είχε οκτώ μαθητές. Μια μέρα ζήτησε από όλους τους να κάνουν ένα αντίγραφο των διδασκαλιών του από το σημειωματάριό του. Ο ένας από αυτούς, που είχε ζήσει χαλαρή ζωή πριν απαρνηθεί τα εγκόσμια, δεν μπορούσε να κάνει την αντιγραφή ο ίδιος. Έτσι, έδωσε δύο ρουπίες σε έναν συμμαθητή, ζητώντας τον να του κάνει ένα αντίγραφο για εκείνον. Όταν ο γκουρού εξέτασε τα τετράδια, πρόσεξε δύο τετράδια με τον ίδιο γραφικό χαρακτήρα και ζήτησε από τους μαθητές να εξηγηθούν. Τόσο ο αντιγραφέας όσο και αυτός για λογαριασμό του οποίου έγινε το αντίγραφο ομολόγησαν. Ο δάσκαλος, σχολιάζοντας το περιστατικό είπε πως ενώ η φιλαλήθεια ήταν μια βασική ιδιότητα ενός πνευματικού αναζητητή, αυτό από μόνο του δεν αρκεί να τον οδηγήσει στο στόχο του, αλλά επίσης αναγκαία είναι η «*sraddhā*» [η εμπιστοσύνη στο σκοπό] και εφόσον αυτή δεν είχε επιδειχθεί από τον μαθητή που ανάθεσε το έργο του σε άλλον, αυτό τον απέκλειε από περαιτέρω μαθητεία. Αναφερόμενος στην πληρωμή που έγινε για το έργο, ο Guru σαρκαστικά παρατήρησε ότι «η σωτηρία» κοστίζει πολύ περισσότερο από αυτό κι ότι εκείνος είχε κάθε δικαίωμα να την αγοράσει αντί να εκπαιδευτεί κάτω από την επίβλεψή του. Λέγοντας έτσι έδωσε το μαθητή.¹⁶



Π : Bhagavan, ενώ έρχομαι εδώ για αρκετά χρόνια, δεν βλέπω καμία πρόοδο. Είμαι εξίσου κακός αμαρτωλός όπως πριν.

Μ : Δεν υπάρχουν ορόσημα σε αυτήν την πορεία. Πώς μπορείς να είσαι σίγουρος για το πόσο μακριά έχεις πορευτεί; Γιατί να μην κάνεις όπως τον επιβάτη της πρώτης θέσης στο τρένο; Ενημερώνει τον υπεύθυνο του συρμού για τον προορισμό του, κλείνει την πόρτα και κοιμάται με την ησυχία του. Αυτό είναι το μόνο που χρειάζεται να κάνει. Ο υπεύθυνος θα τον ξυπνήσει στο σωστό σταθμό.¹⁷



15 S.S. Cohen, Guru Ramana, p. 74.

16 Ramananda Swarnagiri, Crumbs from His Table, pp. 21, 22.

17 A.R/ Natarajan, Unforgettable Years, 'Krishna Bhikshu', p. 103.

Π : Οι προσπάθειές μου να παραμείνω στην πηγή του νου έχουν αποδειχθεί άκαρπες. Παρακαλώ ευλογήστε με έτσι ώστε να το πετύχω.

Μ : Ποιο είναι το εμπόδιο;

Π : Οι βαθιά ριζωμένες ροπές [*nāsanās*] μου. Η χάρη σας είναι απαραίτητη.

Μ : Οι επαναλαμβανόμενες προσπάθειές σου θα τις σβήσουν οπωσδήποτε. Άσε τη δουλειά του Θεού στο Θεό. Εσύ οφείλεις να κάνεις ό,τι είναι στο χέρι σου. Όταν έρθει η ώρα θα νιώσεις κι εσύ τη χάρη του Θεού, η οποία πάντα πνέει. Η χάρη λειτουργεί αυτομάτως. Μην ξεχνάς τρία πράγματα: (1) την ατομική προσπάθεια, (2) την κατάλληλη στιγμή και (3) τη χάρη του Θεού. Δεν υπάρχει καμία ανάγκη να υπενθυμίζεις στο Θεό πώς να κάνει τη δουλειά του, η οποία είναι να φροντίζει για την ευημερία μας. Το λάθος που μπορεί κάποιος να κάνει είναι να εγκαταλείψει την προσπάθεια υπό την εσφαλμένη εντύπωση ότι η χάρη του Θεού απουσιάζει. Όμως, δεν πρέπει να χαλαρώνεις, γιατί είναι βέβαιο ότι η χάρη του Θεού θα λειτουργήσει στη σωστή στιγμή.¹⁸



Μετάφραση - προσφορά του :
Γιάννη Μανέττα, Μπέλες 28 (Κουκάκι)
117 41 Αθήνα, Ελλάδα
Τηλ : [+30] 210 923 4682
email : jmanveda@otenet.gr
website : <http://www.vedanta.gr>



Προτεινόμενα αναγνώσματα

(Δείτε: http://www.vedanta.gr/?page_id=404&lang=el)

Συνομιλίες του Σρι Ράμανα Μαχάρσι – (Αιώνιος Ηνίοχος, Αθήνα).

Ο Δρόμος του Σρι Ράμανα – (Αιώνιος Ηνίοχος, Αθήνα).

Μαχά Γιόγκα – του WHO – (Κονιδάρης, Αθήνα).



18 Ibid. 'Sishtla Subbha Rao', p. 122