

SRÍ RAMANA MAHARSI TANÍTÁSAI

Ön-tudatosság és Ön-tudatlanság*

Srí Ramana több alkalommal is utalt arra, hogy a szellemi törekvők három csoportba sorolhatók. Az első csoportba tartozóknak csupán arra van szükségük, hogy felfedjék előttük az Önvaló igazi természetét, és pusztán ennek hatására rögtön elérik az Ön-megvalósítást. Azoknak, akik a második csoportba tartoznak, már alaposabb megfontolás tárgyává kell tenniük valódi természetüket, mielőtt szilárdan megállapodnának az Ön-tudatosságban. A harmadik kategóriába tartozók kevésbé szerencsések: nekik rendszerint sokéves intenzív spirituális praxisra van szükségük ahhoz, hogy elérjék az Ön-megvalósítást. Srí Ramana néha az égés metaforájával írta le ezt a három szintet: míg a puskaport egyetlen szikra is képes lángra lobbantani, a faszénnek pedig csupán rövid ideig tartó hevítésre van szüksége, addig a nedves szenet előbb hosszú időn keresztül szárítani és melegíteni kell, és csak utána lehet meggyújtani.

Azoknak, akik az első két kategóriába tartoztak, Srí Ramana azt tanította, hogy egyedül az Önvaló létezik, és ahhoz, hogy az ember közvetlen és tudatos tapasztalatot szerezhessen róla, pusztán meg kell vonnia figyelmét azoktól a hamis elképzelésektől, amelyekkel önmagával kapcsolatban rendelkezik. Ő ezeket a téveszméket és félreértéseket összefoglalóan »anátmá«-nak (»nem-Önvaló«-nak) nevezte, mivel ezek képzeletbeli halmaza egyfajta fátylat von az Önvaló elé, s így megakadályozza annak közvetlen tapasztalását. A principiális téveszme az a gondolat, hogy az Önvaló a testre és az elmére korlátozódik. Mihelyt az ember többé már nem egy partikuláris testet birtokló individuális személynek képzeletben magát, a valódi Én permanens tudatosságának hatására a hamis eszmék egész felépítménye kártyavárként omlik össze.

A tanítás e szintjén semmi szerepe nincs az erőfeszítésnek vagy a gyakorlásnak. A törekvő egyetlen feladata annak megértése, hogy az Önvaló nem cél, amit el kell érni, hanem egyszerűen az a tudatosság, amely a nem-Önvalóra vonatkozó összes korlátozó képzet eltávolítása után fennmarad.

David Godman

* Forrás: *Oltalmazó Útmutatás. Srí Ramana Maharsi tanításai* (Nyíregyháza, 2001, Kötet Kiadó), p. 29–50.

Hogyan érhetem el az Ön-megvalósítást?

A megvalósítás nem valami távoli, elérendő cél; a megvalósítás már [az idők kezdete előtt] végbement. Mindössze attól a gondolattól kell megszabadulnia, hogy »még nem értem el a megvalósítást«.

Nyugalom és béke: ez a megvalósítás. Nincs olyan pillanat, amelyben az Önvaló ne létezne. Mihelyt kétsége merül fel a megvalósítással kapcsolatban, vagy úgy érzi, hogy a megvalósítást még nem érte el, próbálja megszabadítani magát az ilyen gondolatoktól. Ezek a kétségek az Én nem-Énnel való azonosításból fakadnak. Ami a nem-Én eltűnése után egyedül fennmarad, az az Én. Ha teret akar adni neki, akkor azt nem valahol másutt kell megtennie, hanem pusztán az objektumokat kell eltávolítania.

Ha egyszer a vászaná ksaja [a mentális hajlamok felszámolása] nélkül nincs mód a realizációra, akkor hogyan kell megvalósítanom azt az állapotot, amelyből ezek a hajlamok hiányoznak?

Ön most éppen ebben az állapotban van.

Azt jelentené ez, hogy az Önvalóhoz ragaszkodva akkor és ott kell megsemmisíteni a vászanákat, amikor és ahol megjelennek?

Ha ön az lesz, ami, akkor az összes *vászaná* magától elpusztul.

De hogyan érhetem el az Önvalót?

Az Önvalót nem lehet elérni. Ha az Önvalót el kellene érni, akkor az azt jelentené, hogy az Önvaló itt és most nincsen jelen, s hogy még nem érte el. Ámde amihez újonnan jut hozzá, azt el is fogja veszíteni. Vagyis az nem lesz állandó. [Márpedig] ami nem állandó, azzal nem érdemes foglalkozni. *Ezért* mondom azt, hogy az Önvalót nem lehet elérni. *Ön* az Önvaló – és már most is az.

Kétségtelen, e pillanatban ön nincs tudatában üdvösségtől áthatott állapotának. A tudatlanság ugyanis közbeékelődik, és elfátyolozza a tiszta Önvalót, amely maga az üdvösség. Csupán a tudatlanság e fátylát kell eltávolítania, mely nem egyéb tévedésen alapuló tudásnál. A tévedésen alapuló tudás az Önvaló helytelen azonosítása a testtel és az elmével. Ha felszámolja e téves identifikációt, akkor egyedül az Önvaló marad.

Ezért a megvalósítás mindenki számára kész tény. A megvalósítás nem tesz különbséget a törekvők között. Maga az a gondolat képezi az akadályt, hogy vajon »sikerül-e realizálnom«, illetve »még nem realizáltam«. Szabaduljon meg ezektől az akadályoktól! |¹

Mennyi idő alatt lehet elérni a muktit [a megszabadulást]?

A *muktit* nem a jövőben kell elérni. A *mukti* örökkévaló, és itt és most is jelen van.

Ezzel egyetértek, csak hogy ezt nem tapasztalom.

Ön itt és most [igenis] tapasztalja ezt. Az ember nem tagadhatja meg Önmagát.

De ez még csupán létezést jelent, s nem boldogságot.

A létezés ugyanaz, mint a boldogság, és a boldogság ugyanaz, mint a lét. Sehogy sem jó ez a »*mukti*« szó! Miért kellene az embernek keresnie a megszabadulást?! Az ember azt hiszi, hogy van kötöttség, s ezért aztán elkezdi keresni a szabadságot. Ezzel szemben az igazság az, hogy nincs kötöttség, hanem csak szabadság van. Miért adunk neki valamilyen nevet, s aztán miért kezdjük el keresni?!

Valóban – de hát tudatlanok vagyunk.

Csak ettől a tudatlanságtól kell megszabadulnia. Ez minden, amit tennie kell.

Teljesen fölösleges a *muktiról* morfondíroznunk. A *mukti* megszabadulás a kötelékektől, s így azt feltételezi, hogy az ember jelenleg a rabság állapotában van. [Csak hogy] nincs kötöttség, és így *mukti* sincs. |²

Tulajdonképpen mit tapasztalnak realizációjuk során azok a nyugatiak, akik a kozmikus tudat felvillanásairól számolnak be?

Egyszerűen egy felvillanásról van szó, amelyet annak rendje és módja szerint azonnali kialvás követ. Aminek kezdete van, annak vége is van. Csak az örökjelen tudat megvalósítása lehet állandó. Valójában a tudatot egyetlen pillanatra sem nélkülözzük. Mindenki ismeri az »én vagyok« tapasztalatát. Senki sem utasíthatja el önnön létét. Az ember, ha mélyen alszik, nincs tudatánál; miközben ébren van, láthatólag tudatánál van. De mindkét alkalommal ugyanarról a személyről van szó. Azáltal, hogy egyszer alszik, másszor meg ébren van, semmi

nem változik az emberben. A mélyalvásban nincs tudatában testének, s így nincs testtudata sem. Miközben ébren van, tudatában van testének, s így van testtudata is. Ezért [a két állapot között] a különbség a testtudat jelenlétében [illetve hiányában] rejlik, s nem a valódi tudatban beálló változásban.

A test és a testtudat együtt jön létre és együtt merül el. Mindez pedig azt jelenti, hogy míg a mélyalvás közben az embert semmi nem korlátozza, addig ébrenléte során minduntalan korlátokba ütközik. Az ember e korlátozottságok miatt véli magát rabnak. Az az érzés, hogy »a test az én«, tévedés. Az »én« e megtévesztő tudatának nyomtalanul el kell tűnnie. A valódi Én szüntelenül létezik. Itt és most [is jelen] van. Sosem jelenik meg és sosem tűnik el. Annak, ami van, öröktől fogva lennie kell. Az, ami egyszer csak megjelenik, el is fog veszni. Vesse csak össze a mélyalvást az ébrenléttel! A test az egyik állapotban ott van, a másik állapotból viszont hiányzik. Így hát a test pusztulásra van ítélve. A tudat [viszont] preegzisztens, és a test halála után is fennmarad.

Nincs ember, aki ne mondhatná el: »Vagyok.« Az összes baj oka az »én vagyok a test« téveszméje. Szabaduljon meg e téveszmétől! Ez a megvalósítás. A megvalósítás nem valami új megszerzése, nem egy új képesség. A realizáció nem más, mint annak feltárása, amit addig lepel borított.

A végső igazság annyira egyszerű! Az embernek csupán eredeti állapotában kell maradnia. Ez minden, amit erről tudni kell.³

Az ember a mélyalvásban közelebb van a tiszta tudathoz, mint akkor, amikor ébren van?

Az alvás, az álom és az ébrenlét pusztán az Önvalón megjelenő jelenségek. Az Önvaló viszont változatlan. Ugyanakkor az Önvaló a tárgyaltalan tudatosság állapota. Eltávolodhat-e akár csak egyetlen pillanatra is az ember Önmagától? Az ön kérdése csak akkor lenne megalapozott, ha ez lehetséges volna.

De hát nem lehet gyakran hallani arról, hogy az ember a mélyalvásban közelebb van a tudathoz, mint ébrenléte során?

Ezzel az erővel azt is megkérdézhetné: »Alvás közben közelebb vagyok-e önmagamhoz, mint felébredésemet követően?«

Az Önvaló színtiszta tudat. Az Önvalótól senki sem lehet elválasztva. Az ön kérdésének csak akkor lenne létjogosultsága, ha létezne kettősség. De a színtiszta tudat állapotában nincs kettősség.

Ugyanaz az ember alszik, ugyanaz álmodik és ugyanaz van ébren. Az ébrenléti állapotra úgy tekintenek, mint amit vonzó és változatos dolgok népesítenek be. E tapasztalat hiánya miatt mondják azt, hogy az alvás állapota egyhangú.

De mielőtt továbblépnénk, tisztázzunk itt egy kérdést. Egyetért azzal, hogy alvás közben is létezik?

Természetesen.

Ön tehát most, ébren is ugyanaz az ember. Jól mondom?

Igen.

Ezek szerint az alvási és az ébrenléti állapot között kontinuitás van. [De vajon mi adja ezt a kontinuitást?

A két állapot között számottevő különbség van. Mi különbözteti meg egymástól ezt a két állapotot? Az ébrenléti állapotot bizonyos mellékkörülmények kísérik, nevezetesen a test, a világ és [általában] a [tudati] tárgyak; alvás közben ezek viszont eltűnnek.

De alvás közben nem vagyok tudatomnál.

Kétségtelen, hogy [alvás közben] a test és a világ tudata hiányzik. Mindazonáltal önnek alvás közben is lennie kell ahhoz, hogy most azt mondhassa: »Alvás közben nem vagyok tudatomnál.« Ki mondja ezt most? Az ébren lévő ember. Az alvó [nyilván] nem mondhatja. Vagyis az az individuum mondja azt, hogy ez a tudatosság nem létezett alvás közben, aki most az Önvalót a testtel azonosítja.

Mint hogy ön testével azonosítja magát, úgy látja, hogy körülveszi egy világ, és azt mondja, hogy az ébrenléti állapotot vonzó és változatos dolgok töltik be. Az alvás állapotát egyhangúnak tartja, mert abban individuális formájában nem vett részt, s mert ezek a dolgok abból az állapotból hiányoznak. Mit jelent ez? Azt, hogy nem az individuum és az objektumok kontinuitása köti össze e három állapotot, hanem a *lét* kontinuitása.

Igen.

Az, ami kontinuuus, egyúttal maradandó is, vagyis állandó. Az, ami diszkontinuuus, [csupán] átmeneti.

Igen.

Tehát a lét állapota állandó, míg a test és a világ nem az. Mindkettő pusztán múló jelenség, mely az örökkévaló és változatlan lét-tudat vásznán tűnik fel s le.

Azért egy bizonyos szempontból nincsen közelebb a tiszta tudathoz az alvás állapota, mint az ébrenléte?

Abban az értelemben van közelebb, hogy amikor az ember az alvás állapotából átlép az ébrenléti állapotába, megjelenik az »én«-gondolat, és az elme is működésbe lendül. Vagyis megjelennek a gondolatok, és a testi funkciók is felélednek. Ezek hatására mondjuk azt, hogy ébren vagyunk. Az alvás állapotát e [megtévesztő] kibontakozás hiánya jellemzi, s ezért ez utóbbi állapot közelebb van a tiszta tudathoz, mint az ébrenléti állapota.

De ez nyilván nem ok arra, hogy az ember arra vágyakozzék, hogy folytonosan aludjon. Először is ez képtelenség, mert az alvás állapotának periodikusan váltakoznia kell a többi állapottal. Továbbá az alvás állapota [nyilvánvalóan] nem azonosítható az üdvösség *dzsnyáni* által tapasztalt állapotával, hiszen az ő állapota folytonos, nem pedig váltakozó. Sőt, mindenki tisztában van azzal, hogy az alvás állapota nem éber állapot, márpedig a bölcs mindig éber. Vagyis az alvás más, mint az az állapot, amelyben a bölcs állapodott meg.

Továbbá az alvás állapotából éppúgy hiányoznak a gondolatok, mint azok a benyomások, amelyeket a gondolatok hagynak az individuumban. Ezt az állapotot tehát nem lehet akaratlagosan megváltoztatni, mert alvás közben az ember képtelen erőfeszítést tenni. Bár [az alvás állapota kétségtelenül] közelebb van a tiszta tudathoz [mint a közönséges ébrenléti állapot], nem alkalmas arra, hogy az ember benne az Önvaló megvalósításával próbálkozzék.⁴

Attól tartok, hogy az abszolút létének, vagyis a Brahma-dzsnyánának a megvalósítása lehetetlen egy olyan laikus számára, mint amilyen én vagyok.

A *Brahma-dzsnyána* nem egy olyan *dzsnyána*, amihez hozzá kellene jutni, hogy aztán az ember ilyen módon elérhesse a boldogságot. Az embernek [csupán] önmagára irányuló tévképzeteit kell felszámolnia. Valójában *ön* az az Önvaló, amit meg szeretne ismerni. Mivel azt hiszi magáról, hogy a tudatlanság béklyójában van, értelmetlenül és fölöslegesen bánkódik, akárcsak azok a bolondok, akik hasonló tudatlanságuk következtében egyik társuk meg nem történt elvesztése felett bánkódtak.

A példázat szerint tíz bolond gázolt át egy sebes folyamaton, és a túlsó partot elérve meg akartak bizonyosodni arról, hogy mindannyiuknak sikerült-e az átkelés. Egyikük számba is vette őket, de miközben a többieket számlálta, magát kifelejtette. »Csak kilencet látok; egyikünk bizonyára elveszett. De vajon ki lehet

az?» – mondta. »Jól számoltál?» – kérdezte egy másik, és maga is megszámlolta a többieket. De ő is csak kilencet számolt. Aztán egytől-egyig mind megszámlálták önmagukat, de az éppen számoló mindig kifelejtette magát. »Csak kilencen vagyunk – állapították meg szomorúan –, de ki lehet a hiányzó tizedik?» – kérdezték maguktól. Azonban minden erőfeszítésük, hogy »hiányzó« társukat megtalálják, hiábavalónak bizonyult. »Bárki is legyen az, nyilván belefulladt a vízbe – mondta a tíz bolond közül a legérzelgősebb, – s mi végleg elveszítettük őt.« Majd e szavak után, vele az élen, sorban mindegyik sírva fakadt.

Éppen arra járt egy vándor, s miután látta, hogy ott sírnak a parton, segítőkészen megkérdezte őket, hogy miért sírnak. Beszámoltak neki arról, hogy mi történt, és elmondták, hogy akárhányszor is számolták magukat, mindig kilencen voltak, és nem tudtak rájönni arra, hogy ki a »hiányzó« tizedik. Miután a vándor végighallgatta a történetet, s ugyanakkor maga előtt tíz embert látott, rájött arra, hogy mi történt. Hogy ők is felismerjék, hogy valójában tízen vannak, s hogy mindegyikük sikeresen kelt át a folyón, azt mondta nekik: »Én majd egyenként mindegyikötökre ráütök, ti meg hangosan számoljátok magatokat, hogy egy, kettő, három és így tovább, s így aztán mindenki biztos lehet abban, hogy nem marad ki, és hogy csak egyszer számolom meg. Így megtalálhatjuk hiányzó tizedik társatokat.« Ezt hallva [a bolondok] nagyon megörlültek annak, hogy megtalálhatják »elveszett« társukat, így hát elfogadták a vándor javaslatát.

A segítőkész vándor tehát sorban mind a tízre rászózott egyet, s aki az ütest kapta, fennhangon mondta az éppen következő számot. »Tíz« – szólt az utolsó, amikor megkapta a tizedik ütest. Erre elképedve egymásra meredtek: »Tízen vagyunk!» – mondták egy emberként, és megköszönték a vándornak, hogy megszabadította őket szomorúságuktól.⁵

Eddig a példázat. Honnan került elő a tizedik ember? Egyáltalán elveszett? Vajon megtudtak-e valami újat, miután ráébredtek arra, hogy mindvégig ott volt velük? Tulajdonképpen nem amiatt voltak bánatosak, mert egyikük elveszett, hanem saját tudatlanságuk, vagy inkább egyikük elvesztésének pusztá feltételezése miatt.

Pontosan így van ez önnel is. Valójában semmi oka arra, hogy boldogtalannak érezze magát, és el legyen keseredve. Saját maga szorítja korlátok közé önmön természetét, mely végtelen lét, majd amiatt panaszkodik, hogy véges teremtmény, s különféle spirituális praktikákkal kísérletezik, hogy a nem létező korlátokat meghaladja. De ha a korlátok létét maga a spirituális praxis feltételezi, akkor az hogyan lehetne segítségére önnek a korlátok meghaladásában? Éppen ezért azt mondom: ismerje fel, hogy ön valójában végtelen, színtiszta lét, [maga] az Önvaló. Ön mindig azonos ezzel az Önvalóval, és semmi mással nem

azonos, csupán az Önvalóval. Úgyhogy önnek szükségképpen mindig tudomása van az Önvalóról. Az ön tudatlansága csupán képzeletbeli tudatlanság, akárcsak azoké a bolondoké, akik elveszett tizedik társuk után bánkódtak.

Ismerje fel végre, hogy a valódi megismerés semmi új létet nem eredményez az ön számára, hanem csupán tudatlan[sága folytán előálló] tudatlanságát számolja fel. Az üdvösség semmit sem ad hozzá az ön [eredeti] természetéhez; az ön valódi, természetes állapota az örök és hervadhatatlan üdvösség, s önnek csupán arra van szüksége, hogy azt szabaddá tegye. A szomorúságtól és szenvedéstől az ember csak úgy szabadulhat meg, ha megismeri Önmagát és Önmagává lesz. Hogyan lehetne ez elérhetetlen?!⁶

Akárhogy is próbálja magyarázni Bhagaván, nem értjük.

Az emberek azt mondják, hogy képtelenek megismerni a mindent átható Önvalót. De hát mit tehetnék én? Még a kisgyerek is azt mondja: »[én] létezem«; »[én] csinálom [ezt és ezt]«; »ez az enyém«. Vagyis senkinek nem okoz gondot annak megértése, hogy amit »én«-nek nevezünk, az folytonosan létezik. Az az érzés, hogy ön azonos a testtel, hogy ő Vénkanna, ő meg Ramanna és így tovább, csak akkor jelenik meg, ha ez az »én« is jelen van. Vajon gyertyával kell keresnünk azt, ami mindig jelen van – vagyis az ember tulajdon Énjét? Azt állítani, hogy nem ismerjük az *átmá szvarúpát* [az Önvaló valóságos természetét], ami pedig nem [valamiféle] idegen [dolog], hanem az ember saját Önvalójának lényege, olyan, mintha az ember azt mondaná: »Nem ismerem magam.«⁷

De hogyan kell az embernek elérnie ezt az állapotot?

Nincs elérendő cél. Semmi nincsen, amit el kellene érnie. *Őn* az Önvaló. *Őn* mindig van. A legtöbb, amit az Önvalóról mondhatunk, hogy van. Istent, vagyis az Önvalót látni pusztán annyit jelent, mint Önvalóvá, vagyis önmagává lenni. Látni annyi, mint lenni. *Őn*, miközben az Önvalóval azonos, azt akarja tudni, hogyan érhetné el az Önvalót. Olyan ez, mintha valaki itt a Ramanásramamban aziránt érdeklődne, hogy milyen utakon tudna eljutni a Ramanásramamba, s ezek közül melyik számára a legkedvezőbb. Önnek pusztán azt a gondolatot kell feladnia, hogy azonos testével. Önnek csupán a külső dolgokra, vagyis az *anátmára* [nem-Önvalóra] vonatkozó összes gondolatát kell felszámolnia.⁸

Mi az ego-én [ang. ego-Self], és hogyan kapcsolódik a valódi Énhez [ang. true Self]?

Az ego-én megjelenik és eltűnik, [vagyis] mulandó, míg a valódi Én állandó. Noha ön voltaképpen a valódi Énnel azonos, a valódi Ént helytelenül az ego-énnel azonosítja.

Hogyan jött létre ez az összetévesztés?

Vizsgálja meg, hogy [egyáltalán] létrejött-e.

Az embernek az ego-ént a valódi Énné kell szublimálnia.

Az ego-én egyáltalán nem létezik.

Akkor hogyan okozhat annyi gondot?

Kinek okoz gondot? A gond maga is képzeletbeli. A gond és az öröm csak az ego számára létezik.

Miért merül bele a világ annyira a tudatlanságba?

Inkább a saját dolgával foglalkozzék. A világ majd gondot visel magára. Kutassa fel Önmagát! Ha a test azonos önnel, akkor a durva anyagi világ is létezik. Ha ön szellem, akkor minden egyes-egyedül csak szellem.

Ez az individuum vonatkozásában kétségtelenül így igaz. De mi a helyzet a világgal?

Előbb kutassa fel Önmagát, s utána majd meglátja, hogy ez a kérdés fölmerül-e még egyáltalán az ön számára.

Van avidjá [tudatlanság]?

Ki lenne tudatlan?

Az ego-én.

Igen, az ego számára létezik a tudatlanság. Távolítsa el az egót, és akkor az *avidjá* is vele távozik. Keresse meg az egót: akkor az ego elenyészik, és ami visszamarad, az a valódi Én lesz. A tudatlanság alanyát képező ego valójában olyan, mint a délibáb: megfoghatatlan. Valójában nincsen *avidjá*. Az összes *sásztra* [szent irat] arra irányul, hogy az *avidjá* létét cáfolja.

Hogyan keletkezett az ego?

Az ego nem létezik. Vagy talán elképzelhető, hogy az embernek két énje legyen? Ha pedig nincs ego, hogyan lehetne *avidjá*? Ha elkezdi vizsgálni [az egót], rá fog jönni arra, hogy az *avidjá* nem létezik (és már most sem létezik); vagy úgy is fogalmazhatnánk, hogy [miután az ego rájön, hogy keresik,] megfutamodik.

A tudatlanság az ego tudatlansága. Miért foglalkozik az egóval, miért szenved? Meg aztán mi is a tudatlanság? A tudatlanság az, ami nem létezik. A földi élet mégis feltételezi az *avidjá* hipotézisét. Az *avidjá* csupán a *mi* tudatlanságunk, semmi több: az Önvalóról való tudás hiánya, vagyis az Önvalóról való megfélekedés. De lehet-e sötétség ott, ahová a Nap sugarai esnek? S ugyanígy, lehet-e tudatlanság ott, ahová a magától értetődő és önfényű Önvaló sugarai esnek? Ha megismeri az Önvalót, megszűnik a sötétség, megszűnik a tudatlanság, megszűnik a nyomorúság.

Az elme az, ami a gondot és a nyomorúságot érzékeli. A sötétség [valójában] soha nem jön létre és soha nem pusztul el. Vegye észre a Napot, és akkor nem lesz többé sötétség. S ugyanígy, vegye észre az Önvalót, és rá fog jönni arra, hogy az *avidjá* nem létezik.⁹

Hogyan jön létre az, ami nem valóságos? Egyáltalán hogyan jöhet létre a valótlan a valóságosból?

Vizsgálja meg, hogy egyáltalán létrejött-e. Ha egy másik szempontból nézzük, akkor nincsen olyan, hogy valótlan. Egyedül az Önvaló létezik. Ha megpróbálja felkutatni a világnak és [egyáltalán] mindennek az egyedüli fundamentumát, nevezetesen az egót, rá fog jönni arra, hogy az ego egyáltalán nem létezik, mint ahogy nem létezik ez az egész teremtett világ sem, amelyet maga körül lát.¹⁰

Kegyetlen lálája [játéka] ez Istennek, hogy az Önvalót ennyire nehéz megismerni.

Az Önvalót megismerni annyit jelent, mint Önvalónak lenni, és ez egyszerűen a létezés, az ember saját létezését jelenti. Az ember éppúgy nem tagadhatja meg önnön létezését, mint saját szemét, még ha nem is láthatja egyiket sem. A probléma az, hogy ön tárgyiasítani szeretné Önmagát, éppúgy, mint ahogy szemét is tárgyiasítja, amikor tükröt rak elé. Annyira hozzászokott ehhez a tárgyiasításhoz, hogy elveszítette önismeretét, ugyanis az Önvalót nem lehet tárgyiasítani. Vajon *kinek* kellene megismernie Önmagát? Talán megismerheti az önmagában tehetetlen test az Önvalót? Ön egész idő alatt saját »én«-jéről beszél, saját »én«-jére gondol, de ha megkérdezik, azt mondja, hogy nem ismeri. Ön Önmaga,

mégis arról faggat engem, hogyan ismerhetné meg Önmagát. Hol lenne itt helye Isten *lilájának*, hol lenne helye a kegyetlenségnek? A *sásztrák* azért beszélnek *liláról*, *májáról* és a többi hasonlóról, mert az emberek elutasítják Önmagukat.¹¹

Saját realizációm segítségével lehet másoknak?

Természetesen. Ez az elképzelhető legjobb segítség. Ámde nincsenek »mások«, akiken segítenie kellene. A realizált lény ugyanis [mindenben] csak Önmagát látja, mint ahogy az aranyműves is csak az aranyat látja, amikor a különféle ékszerekben felbecsüli az arany értékét. Ha a testtel azonosítja magát, akkor csak formákat és alakokat lát. Ha sikerül transzcendálnia testét, test-tudatával egyetemben a »mások« is eltűnnek.

Még a növények, a fák is, meg a többi?

Gondolja, hogy ezek az Önvalón kívül léteznek? Vizsgálja csak meg ezt a kérdést! Ön azt gondolja, hogy látja őket. A gondolatokat az Önvaló vetíti ki. Kuttassa fel, hogy honnan származnak a gondolatok, s akkor többé nem fogják zavarni. S ami ekkor fennmarad, az az Önvaló.

Ezt teoretikusan értem. De ettől [a különféle tárgyak] még ott maradnak.

Igen. Olyan ez, mint a filmszínház. A filmvászonon, amire fény esik, árnyak suhannak át, amelyek törvényszerűen hatással vannak a közönségre. Ha a vetítésen az egyik jelenlevő néző is szerepel a filmen, akkor mind a látó, mind pedig a látott ott van a vászonon. Most vonatkoztassa ezt magára. Ön a vászon; az Önvaló teremtette az egót; az egóból gondolatok törnek elő, amelyek világgént, fáként, növényekként mutatkoznak meg – vagyis éppen olyan jelenségekként, amelyekről az imént kérdezett. Valójában ezek nem mások, mint az [egyetlen] Önvaló. Ha látja az Önvalót, mindenben, mindenütt és mindig ugyanazt fogja találni. Semmi nem létezik, csakis az Önvaló.

Igen, de bármennyire is magától értetődő, szép és meggyőző ez a válasz, ezt az egészet változatlanul csak teoretikusan tudom felfogni.

Épp a »még nem valósítottam meg Önmagamot« gondolata az akadály. Voltaképpen egyedül az Önvaló van.¹²

A mi valóságos természetünk a *mukti*. Mégis azt képzeljük, hogy rabságban vagyunk, és különféle fárasztó kísérleteket teszünk megszabadulásunk érdekében – miközben mindvégig szabadok vagyunk. Csak akkor fogjuk ezt [igazából] megérteni, ha elérjük a *muktit*. [Akkor majd] csodálkozni fogunk azon, milyen kétségbeesetten próbáltunk elérni valamit, amivel mindig is azonosak voltunk és vagyunk. A következő hasonlattal lehetne ezt megvilágítani. Egy ember aludni tér ebben a csarnokban. Azt álmodja, hogy világ körüli útra indul, hegyeket és völgyeket, sivatagokat és tengereket, erdőket és mezőket barangol be, kontinenseket szel át, majd pedig fárasztó és kimerítő évek után visszatér Indiába, eljön ide, Tiruvannámalaiba, belép az *ásramba*, végül besétál a csarnokba. Ebben a pillanatban felébred, és rájön arra, hogy egyetlen centimétert sem mozdult el, hanem mindvégig ott maradt, ahová lefeküdt aludni. Vagyis nem visszatért a csarnokba hosszas fáradozások után, hanem a csarnokban van, és mindvégig ott is volt. Ugyanígy vagyunk a kötöttségekkel is. Ha azt kérdezik: »Annak ellenére, hogy szabadok vagyunk, miért képzeljük azt, hogy kötöttségekkel rendelkezünk?« – én azt válaszolom: »Annak ellenére, hogy a csarnokban van, miért képzeled azt, hogy hegyeket és völgyeket, sivatagokat és tengereket beutazva világ körüli úton vesz részt? Ezek mind [csupán] az elme [teremtményei], vagyis [ez csak] *májá* [káprázat].«¹³

Akkor hogyan lehet az, hogy az adzsnyáni [a metafizikai értelemben tudatlan ember] nincsen tudatában ennek az egyetlen és kizárólagos valóságnak?

Az *adzsnyáni* csupán az elmét látja, mely pusztán visszatükröződése a tiszta tudat fényének, amely a Szívből tör elő. Magáról a Szívről nincsen tudomása. Miért nincs? Azért, mert elméje kifelé fordul, és sosem keresi forrását.

Mi akadályozza meg a tudat Szívből fakadó végtelen és differenciálatlan fényét abban, hogy fölfedje magát az adzsnyáni előtt?

Mint ahogy a fazékban álló víz csupán a fazék szűk keretei között tükrözi vissza a hatalmas Napot, éppígy a *vászanák*, vagyis az individuum elméjének lappangó tendenciái is csak egy töredékét képesek felfogni és visszatükrözni a tudat Szívből előtörő, mindeneket átható, végtelen fényének. E visszatükröződés az a jelenség, amit elmének nevezünk. Az *adzsnyáni*, minthogy csak ezt a visszatükröződést észleli, annak a tévhitnek az áldozata, hogy ő egy véges lény, egy *dzsiva*, [vagyis] egy individuális »én«. ¹⁴

Mi a tulajdonképpeni akadály a Önvaló realizációjának?

Az elme szokásai (*vászanák*).

És hogyan lehet úrrá lenni a mentális szokásokon?

Az Önvaló realizálásával.

De hát ez circulus vitiosus!

Az ego az, ami az efféle problémákat előidéz: akadályokat teremt, aztán a nyilvánvaló ellentmondások szövevényébe gabalyodva szenvedni kezd. Derítse ki, hogy ki végzi a *vicsárát*, s akkor majd rátalál az Önvalóra.¹⁵

Miért ennyire tartós a mentális rabság?

A rabság pusztán abban a veszedelmes gondolatban áll, hogy »én más vagyok, mint a valóság«. Mivel az ember nyilvánvalóan nem állhat külön a valóságtól, amikor csak felmerül ez a gondolat, utasítsa el.¹⁶

Miért van az, hogy sosem emlékszem arra, hogy én az Önvaló vagyok?

Az emberek az Önvalóra való visszaemlékezésről és az Önvaló elfelejtéséről beszélnek. De a feledés és a visszaemlékezés csupán két gondolati forma. S mihelyt megjelennek a gondolatok, az egyik gondolat szükségképpen átadja a helyét egy másik gondolatnak, s ez így megy tovább. De a valóság túl van a visszaemlékezésen és az elfelejtésen. E kettőnek valamitől [nyilvánvalóan] függenie kell. Ennek a valaminek az Önvaló számára is idegennek kell lennie, máskülönben nem lehetne felejtés. Az, amitől a visszaemlékezés és az elfelejtés függ, az individuális »én« eszméje. Ha az ember megpróbálja felkutatni az individuális »én«-t, rájön, hogy azt nem lehet megtalálni, ugyanis nem létezik. Következésképpen ez az »én« a káprázat (*májá*) vagy a tudatlanság (*avidjá* vagy *adzsnyána*) szinonimája. Annak megismerése, hogy a tudatlanság sosem létezett: ez minden spirituális tanítás célja. A tudatlanságnak nincs helye abban, aki tudatában van [Önmagának]. A tudatosság *dzsnyána*. A *dzsnyána* örök és természetes; az *adzsnyána* természetellenes és valótlan.

Miért nem elég pusztán hallani az igazságot?

Azért, mert a *szamszkárák* [a veleszületett mentális tendenciák] még nem semmisültek meg. Mindaddig, amíg vannak *szamszkárák*, a kétség és a zavar sem

számolható fel. Az embernek minden erőfeszítését a kétség és a zavar felszámolására kell fordítania. Ennek érdekében a gyökerüket kell elmetszeni. Gyökerüket pedig a *szamszkárák* képezik. Ezeket teszi hatástalanná az a gyakorlat, amit a *guru* ír elő. De azt, hogy nincsen tudatlanság, e gyakorlatok révén *magának* a keresőnek kell kiderítenie. Az igazság meghallása (*sravana*) csupán az első stádium. Ha az ember nem biztos [az igazságban], a felette való elmélkedést (*mana-na*) és a megszakítatlan kontemplációt (*nididhjászana*) kell gyakorolnia. E két eljárás hatására a *szamszkára*-magok megpörkölődnek, s így többé nem hajtanak ki.

Vannak rendkívüli emberek, akiknek elég egyetlen egyszer meghallani az igazságot, s utána rögtön elérik a rendíthetetlen *dzsnyánát*. Ezek a magas fokon álló keresők. A kezdőknek azonban hosszabb időre van szükségük.

Egyáltalán hogyan jött létre a tudatlanság (avidjá)?

A tudatlanság sosem jött létre. Nincsen valóságos léte. Az, ami van, egyedül csak a *vidjá* [tudás].

Akkor miért nem ismerem fel?

A *szamszkárák* miatt. Mindamellet derítse ki, hogy ki nem ismeri fel ezt, és mit nem ismer fel. Akkor majd világos lesz az ön számára is, hogy nincsen *avidjá*.¹⁷

Vagyis az embernek nem úgy kell kezdenie a gyakorlást, hogy egy célt tűz ki maga elé?

Ha a célt a jövőben kell elérni, akkor az nem lehet állandó. Az embernek *már most* a cél birtokában kell lennie. A célt az egóval próbáljuk elérni, de a cél már az egót megelőzően is létezik. Az, ami a célt alkotja, már születésünket, vagyis az ego születését is megelőzi. Mivel létezőnk, az ego is úgy tűnik, hogy létezik.

Ha Önmagunkat egónak nézzük, akkor egóvá válunk, ha elmének nézzük, akkor elmévé válunk, ha testnek nézzük, akkor testté válunk. A gondolat az, ami a [z Önvalót körülvevő] burkokat alkotja. Ha a vízre eső árnyképre néz, remegni látja. De vajon meg lehet-e állítani az árnykép remegését? Ahhoz, hogy többé ne remegjen, önnek nem a vizet kell figyelnie, hanem az árnykép forrása felé kell fordulnia. Hasonlóképpen, ne figyeljen az egóra és tevékenységeire, hanem figyelmét a mögötte rejlő fényforrásra irányítsa. Az ego az »én« gondolata. A valódi Én az Önvaló.

Ha itt pusztán bizonyos eszmék feladásáról van szó, akkor innen a megvalósítás már csak egy lépés.

A megvalósítás már [öröktől fogva] megtörtént. Csak a gondolatoktól szabad állapot tekinthető valóságos állapotnak. Valójában nincsen megvalósítás. Vagy talán van olyan ember, aki nem valósítja meg Önmagát? Elutasíthatja-e bárki is önnön létét? A megvalósítás voltaképpen két én létét feltételezné: az egyik a megvalósító, a másik a megvalósuló. Ami még nem érte el a realizációt, az el akarja érni. Ha egyszer elismerjük, hogy léteünk, hogyan lehet az, hogy nem ismerjük Önmagunkat?

A gondolatok, az elme miatt.

Pontosan. Az elme von fátylat boldogságunkra. Honnan tudjuk, hogy léteünk? Ha ön azt mondja, hogy a körülöttünk lévő világból, akkor honnan tudja, hogy a mélyalvásban is létezik?

Hogyan lehet megszabadulni az elmétől?

Gondolja, hogy az elme hajlandó elpusztítani önmagát? Az elme nem tudja felszámolni önmagát. Az ön feladata az, hogy felkutassa az elme valódi természetét. Akkor rá fog jönni arra, hogy nincsen elme. Az Önvaló fényében az elmének nincs helye. Az Önvalóba merülve az embernek nem kell aggódnia az elme miatt.¹⁸

A mukti ugyanaz, mint a realizáció?

[Valódi] természetünk a *mukti*, vagyis a megszabadulás. Akár *muktinak* is lehetne nevezni bennünket. Úgyhogy mulatságos dolog a *muktit* keresni. Olyan ez, mintha egy ember, aki éppen árnyékban hűsöl, szándékosan kilépne az árnyékból a tűző napra, majd a perzselő hőséget érezve nagy nehezen visszamenne az árnyékba, s utána elégedetten megállapítaná: »Milyen kellemes ez az árnyék! Végre sikerült árnyékba jutnom.« Mi mind pontosan ugyanezt tesszük. Közöttünk és a valóság között nincs különbség. Azt képzeljük, hogy másak vagyunk, [mint a valóság,] vagyis megteremtjük a *bhéda bhávát* [a különbözőség érzését] – majd pedig kimerítő *szádhanákba* [spirituális gyakorlatokba] fogunk, hogy megszabaduljunk a *bhéda bhávától* és elérjük az egységet. De miért teremtjük meg képzeletünkben a *bhéda bhávát*, s utána miért akarjuk elpusztítani?!¹⁹

Ezt csak a mester kegyelmével lehet megvalósítani. Olvastam a Srí Bhágavatát, és abban az áll, hogy az üdvösséget csak a

mester lábánál lehet megszerezni. Kegyelemért folyamodom [a mesterhez]!

Mi más lenne az üdvösség, mint az ön saját valója?! Ön nincsen kívül a léten; vagy ami ugyanaz, nincsen kívül az üdvösségen. Ön most azt gondolja, hogy elméjével azonos, vagy testével, mely változó és mulandó. Csakhogy ön változatlan és örökkévaló. És ez az, amit önnek tudnia kell.

Csakhogy sötétség van bennem, és tudatlan vagyok.

Adja ki az útját ennek a tudatlanságnak. De vajon ki mondja azt, hogy »tudatlan vagyok«? Mert aki ezt mondja, *annak* kell a tudatlanság tanújának lennie. *Ez ön.* Szókratész mondta: »Tudom, hogy nem tudom.« De hát tudatlanság ez? Ez bölcsesség!

Akkor miért érzem magam boldogtalanak, amikor Velloreben vagyok, és miért érzek békét magamban az ön jelenlétében?

Vajon az az érzés, amit itt él át, az üdvösség érzése? Amikor innen elmegy, akkor – mint mondja – boldogtalan. Vagyis ez a béke nem állandó, hanem boldogtalansággal keveredik, melyet egy másik helyen érez. Ezért a békét ön soha nem fogja megtalálni itt vagy ott, ekkor vagy akkor. A boldogságnak igazán csak akkor van értelme, ha állandó. Az ön saját léte az, ami állandó. Legyen Ön maga, és ez az üdvösség. Ön mindig Ön maga.¹²⁰

Az Önvaló mindig realizációban van. És azt, ami már a megvalósultság állapotában van – és *mindig* a megvalósultság állapotában van –, nincs értelme megvalósítani. Mert saját létezését nem tagadhatja le senki. És ez a létezés a tudat, az Önvaló.

Csak akkor tehet fel kérdéseket, ha létezik. Így hát el kell ismernie saját létezését. Ez a létezés az Önvaló. Az Önvaló már megvalósult. Ezért a megvalósítás érdekében kifejtett erőfeszítése csupán jelenlegi tévedésének felismerésében állhat: annak felismerésében, hogy eddig nem volt tudomása önnön Énjéről. A megvalósulásban semmi új nem valósul meg. [Csupán] az Önvaló tárul fel.

Ez biztos évekbe telik.

Miféle évekről beszél? Az idő eszméje csak az elmében létezik, s nem az Önvalóban. Az Önvaló számára nincs idő. Az időszme az ego megjelenését követően

jelenik meg. De ön az Önvalóval azonos, és az Önvaló túl van téren és időn. Ön akkor is létezik, ha nincs tér és nincs idő.²¹

Ha igaz volna az, hogy ön csak később fogja megvalósítani az Önvalót, akkor ez azt jelentené, hogy ön most nincs a realizáció állapotában. Ha e pillanatban híjával van a megvalósításnak, akkor ez az állapot a jövő bármelyik pillanatában megismétlődhet, hiszen az idő végtelen. Úgyhogy az efféle megvalósítás csak átmeneti lehetne. Csakhogy ez nem így van. A megvalósítást nem tekintjük múltónak. A megvalósítás valójában örökkévaló állapot, amelyet a változásnak még csak a szele sem érinthet.

Igen. Idővel majd biztosan megértem.

Ön már [most is] abban az állapotban van. Az idő és a tér nem gyakorolhat befolyást az Önvalóra. Azok [ugyanis] önben vannak. S ugyanígy önben van mindaz, amit maga körül lát. A következő történettel lehetne ezt megvilágítani. Egy úri hölgynek volt egy értékes nyaklánc. Egyszer izgatottságában megfeledkezett róla, és azt hitte, hogy valahol elhagyta. Nagyon nyugtalanította az eset, és elkezdte keresni otthon, de nem találta. Barátait és szomszédait is megkérdezte, hogy nem tudnak-e valamit a nyakláncról, de ők sem tudtak róla semmit. Végül az egyik kedves barátnője azt mondta neki, hogy szerinte a nyaklánc ott van a nyakán. Ekkor persze rádöbbsent arra, hogy a nyaklánc mindvégig a nyakán volt, és emiatt aztán nagyon boldog lett. Amikor később a szomszédai megkérdezték, hogy megtalálta-e az elveszett nyakláncot, azt mondta: »Igen, megtaláltam.« És tényleg úgy érezte, mintha újra felfedezett volna egy elveszett kincset.

De hát elveszítette-e egyáltalán? Hiszen mindvégig a nyakán volt. Vajon mit érzett, amikor rájött arra, hogy a lánc végig a nyakán volt? Éppen olyan boldog lett, mintha egy elveszett kincset fedezett volna fel. Hasonlóképpen vagyunk ezzel mi is: azt képzeljük, hogy majd valamikor megvalósítjuk az Önvalót, miközben sosem vagyunk más, mint az Önvaló.²²

De hát csak kell lennie valaminek, amit a realizáció állapotában elérhetek, megragadhatok!

Az az elképzelés, hogy van egy cél, és ahhoz egy ösvény vezet, helytelen. A cél és béke mindig mi vagyunk. Megszabadulni attól a gondolattól, hogy nem vagyunk azonosak a békével: ez minden, amire szükség van.

Az összes könyv azt hangsúlyozza, hogy a guru vezetésére is szükségünk van.

A *guru* is csak azt fogja mondani, amit most én mondok. Semmi olyat nem fog önnek átadni, amivel még nem rendelkezik. Ugyanis lehetetlen, hogy olyasvalamit kapjon az ember, amit még nem kapott meg. De ha még kapna is valami ilyesmit, azt éppúgy el fogja veszíteni, mint ahogy megszerezte. Ami jön, annak mennie is kell. Egyedül az fog megmaradni, ami mindig is van. A *guru* semmi újat nem adhat önnek, semmi olyat, amit ön már nem birtokol. Mindössze azon a gondolon kell túladnia, hogy még nem valósította meg Önmagát. Mindig Önmagunk vagyunk, csak nem jövünk rá erre.²³

Körös-körül mindent átkutatunk az *átmá* [az Önvaló] után: »Hol az *átmá*? Hol lehet?« – míg aztán végül a *dzsnyána dristi* [a megismerés látomásának] hajnalán elérjük, és azt mondjuk: »Magam vagyok ez az *átmá*.« Erre a látomásra kell szert tennünk. Ha egyszer az ember eléri ezt a látomást, az összes kötelék lehullik róla. Ezek után már az sem számít, hogy érintkeznek-e a világgal, vagy egyáltalán a világban tevékenykedve él-e. Ha egyszer cipőt húz a lábára, lehet akármennyi éles kavics, akármennyi hegyes tüske az úton, nem érez fájdalmat. Gond és félelem nélkül sétálhat, még ha hegyeken kell is keresztülmennie. Ugyanígy természetessé válik minden azok számára, akik elérték a *dzsnyána dristit*. Hiszen mi létezhetne az ember saját Énjén kívül?

De a természetes állapot csak akkor ismerhető meg, ha az ember elcsitította az egész világ látomását. De hogyan lehet elcsitítani?

Ha lecsillapodik az elme, a világ is lecsillapodik. Az elme az oka az egész világnak. Ha az elme lecsillapul, feltárul a természetes állapot. Az Önvaló mindig »Én-Én«-ként²⁴ nyilvánul meg. Az Önvaló önfényű. És itt van. És mindez [itt körülöttünk] *az*. Mi [mindannyian] egyedül az Önvalóban vagyunk. Hát akkor miért keresnénk? A hajdani idők emberei azt mondták: »Aki belemerül a *dzsnyánába*, az a világot Brahmanként látja.«²⁵

✧ ÓM TAT SZAT ✧

Fordította Bujfi Ferenc

Jegyzetek

- ¹ VENKATARAMAN, pp. 31–32.
- ² VENKATARAMIAH, pp. 326–327.
- ³ VENKATARAMIAH, pp. 91–92.
- ⁴ VENKATARAMIAH, pp. 561–563.
- ⁵ A példázat forrása Sankarácsárja: *Upadésaszáhaszri XVIII*, 174–176.189.202. (A fordító megjegyzése.)
- ⁶ VENKATARAMAN, pp. 52–54.
- ⁷ NAGAMMA, p. 201.
- ⁸ MUDALIAR 1977, p. 287.
- ⁹ VENKATARAMIAH, pp. 330–331.
- ¹⁰ MUDALIAR 1977, p. 74.
- ¹¹ COHEN, p. 63.
- ¹² VENKATARAMIAH, p. 6.
- ¹³ MUDALIAR 1977, pp. 79–80.
- ¹⁴ VENKATARAMAN, pp. 86–87.
- ¹⁵ VENKATARAMIAH, p. 4.
- ¹⁶ MURUGANAR, v. 779.
- ¹⁷ VENKATARAMIAH, pp. 248–249.
- ¹⁸ VENKATARAMIAH, pp. 128–129.
- ¹⁹ MUDALIAR 1977, p. 148.
- ²⁰ VENKATARAMIAH, p. 615.
- ²¹ VENKATARAMIAH, p. 589.
- ²² VENKATARAMIAH, pp. 564–565.
- ²³ MUDALIAR 1977, pp. 15–16.
- ²⁴ Angolul »I, I«. Előfordulnak még »I-I« vagy »I« – »I« változatok is. Fordításunkban mindig az »Én-Én«-változatot alkalmazzuk. Srí Ramana e sajátos – már a legkorábbi művében (*Őn-vizsgálat*) is előforduló – kifejezésének tulajdonképpeni értelme: »én vagyok én« – s nem *ez* vagy *az* vagyok én. (A fordító megjegyzése.)
- ²⁵ NAGAMMA, p. 130.

Bibliográfia

ABHISHIKTANANDA

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

AIYER

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

BRUNTON [1943]

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

BRUNTON 1984

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

COHEN

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

MADHAVATIRTHA 1980

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

MADHAVATIRTHA 1981

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

MUDALIAR 1970

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

MUDALIAR 1977

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

MUNI

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

MURUGANAR

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

NAGAMMA

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

NATANANANDA

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

OM 1980

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

OM 1981A

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

OM 1981B

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

OM (TR.)

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

OSBORNE 1972

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

OSBORNE 1979

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

SASTRI

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

SPENSER

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

SWARNAGIRI

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

VENKATARAMAN

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

VENKATARAMIAH

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

»WHO«

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