

# ZILE DE PACE SUPREMĂ

Experiența întâlnirii cu Ramana Maharshi  
- cea mai înaltă formă de yoga trăită

*Editura Mix există pentru a aduce valoare în viața dumneavoastră.*



# Zile de Pace Supremă

Experiența întâlnirii cu Ramana Maharshi  
- cea mai înaltă formă de yoga trăită

## Mouni Sadhu

**Prefețe de**

**ARTHUR OSBORNE**

**și**

**M. HAFIZ SYED**

Traducere din limba engleză:  
**Larisa Andrei**



**EDITURA MIX**

Cristian 2019

*Culegere:* Larisa Andrei  
*Tehnoredactare:* Elena David  
*Corectură text:* Tudor Chirilă  
*Copertă:* Elena David  
*Consilier editorial:* Florin Zamfir

Autorul și editorul nu dau niciun fel de garanții exprese sau implicite referitoare la conținutul acestei cărți. Prin urmare, cititorul își asumă întreaga responsabilitate pentru utilizarea informațiilor cuprinse în această carte.

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**MOUNI SADHU**

**Zile de pace supremă : experiența întâlnirii cu Ramana Maharshi - cea mai înaltă formă de yoga trăită / Mouni Sadhu ; pref. de Arthur Osborne și M. Hafiz Syed ; trad. din lb. engleză: Larisa Andrei. - Cristian : Mix, 2019**

ISBN 978-606-8460-74-1

I. Osborne, Arthur (pref.)

II. Syed, M. Hafiz (pref.)

III. Andrei, Larisa (trad.)

821.111

Copyright © 2016 Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai  
Titlul original: *In Days of Great Peace. The Highest Yoga As Lived*

Published by arrangement with the Australian Society of Authors.

Romanian translation: Copyright © 2019 Editura Mix.  
Toate drepturile asupra prezentei ediții în limba română aparțin în exclusivitate Editurii Mix.

Pentru informații actuale și comenzi vizitați site-ul nostru:  
[www.edituramix.ro](http://www.edituramix.ro) sau contactați-ne la:  
tel.: 0720 499 494; fax: 0268 257 811  
email: [contact@edituramix.ro](mailto:contact@edituramix.ro)



Bibliotecii Sri Ramanashramam  
10 aprilie 1958  
Expedito: Mouni Sadhu  
423 Middelborough, Box Hill  
Victoria - Australia

Bunătate, pocăință, sacrificiu, datorie, yoga, devoțiune, expansiunea conștiinței, esență, pace, adevăr, grație, tăcere, starea supremă, moartea fără moarte, cunoaștere, renunțare, eliberare și beatitudine – aflați că toate acestea sunt sinonime cu separația conștiinței „corp – Eu”.

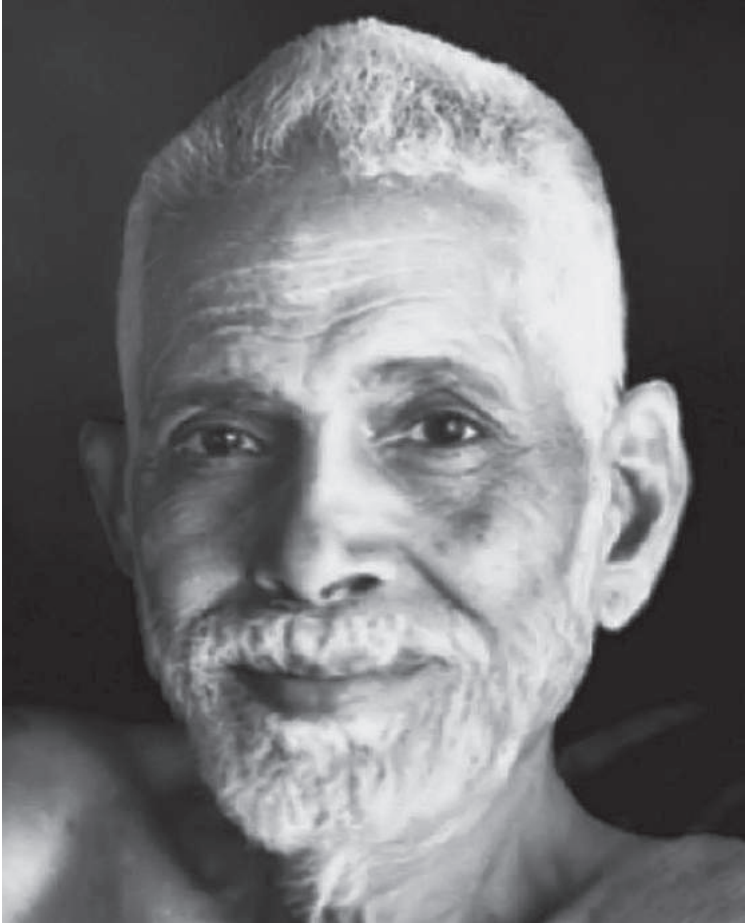
– Sri Ramana Maharshi, *Adevărul Revelat*

# CUPRINS

PREFAȚA PRIMEI EDIȚII	11
PREFAȚA EDIȚIEI A DOUA	15
INTRODUCEREA CELEI DE A DOUA EDIȚII	19
INTRODUCEREA PRIMEI EDIȚII	23
Capitolul 1 <i>Compania oamenilor înțelepți</i>	27
Capitolul 2 <i>Prima întâlnire</i>	31
Capitolul 3 <i>Viața în Ashramul lui Maharshi</i>	33
Capitolul 4 <i>Lacrimi</i>	43
Capitolul 5 <i>Gloria lui Dumnezeu se manifestă prin sfinții Săi</i>	47
Capitolul 6 <i>Sri Maharshi omul</i>	51
Capitolul 7 <i>O dorință împlinită</i>	57
Capitolul 8 <i>Iubire</i>	59
Capitolul 9 <i>Drumul meu spre Maharshi</i>	65
Capitolul 10 <i>Amestecat cu apă</i>	75
Capitolul 11 <i>În Ashram</i>	79
Capitolul 12 <i>Învățăturile lui Maharshi</i>	81
Capitolul 13 <i>Calea directă</i>	87
Capitolul 14 <i>Tehnica Vichara</i>	95
Capitolul 15 <i>„Marto, Marto, te silești și de multe te grijești”</i>	99
Capitolul 16 <i>Ultima fotografie a Maestrului</i>	103
Capitolul 17 <i>Încă o operație</i>	107
Capitolul 18 <i>Vizitez peșteri</i>	111
Capitolul 19 <i>Arunachala, ziua</i>	115
Capitolul 20 <i>Fluxul spiritual al „Sinelui”</i>	121
Capitolul 21 <i>Mormântul unui sfânt musulman</i>	123

Capitolul 22	<i>Ashramul lui Sri Aurobindo</i>	127
Capitolul 23	<i>Reluarea darshanei</i>	133
Capitolul 24	<i>Inițieri</i>	139
Capitolul 25	<i>Spectacol muzical în sala templului</i>	143
Capitolul 26	<i>Separat de minte</i>	147
Capitolul 27	<i>Frunze uscate</i>	153
Capitolul 28	<i>Ochii lui Maharshi</i>	157
Capitolul 29	<i>„Asperges me hyssopo”</i>	161
Capitolul 30	<i>Arunachala, noaptea</i>	165
Capitolul 31	<i>Dumnezeu</i>	171
Capitolul 32	<i>Câteva amintiri</i>	177
Capitolul 33	<i>Puterea din noi</i>	183
Capitolul 34	<i>Corespondențe</i>	189
Capitolul 35	<i>Eu și tu</i>	199
Capitolul 36	<i>Recviem</i>	203
Capitolul 37	<i>Ultimele zile</i>	209
Capitolul 38	<i>Noua mea concepție despre viață</i>	215
Capitolul 39	<i>„Căutați mai întâi Împărăția lui Dumnezeu”</i>	217
Capitolul 40	<i>Ce este meditația?</i>	221
Capitolul 41	<i>Tehnici de meditație</i>	225
Capitolul 42	<i>Plecarea</i>	231
Capitolul 43	<i>Rămas bun</i>	235
Capitolul 44	<i>Colombo</i>	239
Capitolul 45	<i>Pe ocean</i>	245
Capitolul 46	<i>Lumina strălucește</i>	249
Capitolul 47	<i>Samadhi</i>	253
Capitolul 48	<i>Ultimul mesaj</i>	261
Capitolul 49	<i>Epilog</i>	267
Capitolul 50	<i>Appendix – Teme de meditație</i>	273





Bhagavan Sri Ramana Maharshi



Starea de Mahasamadhi<sup>1</sup> a Maestrului



Sala Mahanirvana

---

<sup>1</sup> Părăsirea conștientă și definitivă a corpului fizic. (*n.tr.*)

## PREFAȚA PRIMEI EDIȚII

Atunci când visați, mintea creează oamenii și evenimentele prezente în vis. Ele nu există în afara voastră. Crearea acestor vise nu consumă nimic din voi, iar reabsorbția lor nu vă aduce nimic în plus. Sunteți la fel înainte și după ce ați visat. La fel este și în cazul manifestării universului.

Nu puteți să fiți în afara Spiritului sau altceva decât acesta, pentru că nu există nimic altceva. Dacă vă descoperiți sinele real, dincolo de gânduri și sentimente, acela este Spiritul, Sinele inerent în totul. Fie că îl descoperiți, fie că nu, numai Sinele există.

De ce ne străduim atunci să îl descoperim? Deoarece dacă vom trece dincolo de iluzia individualității separate și vom descoperi Sinele unic, vom evita suferința și frustrarea și le vom înlocui cu pacea vibrantă, iar mâhnirea o vom înlocui cu beatitudinea luminoasă.

Unitatea Ființei reprezintă adevărul ultim, din spatele tuturor religiilor, ocultismului și esoterismului, cu toate că unele se poate să-l fi pierdut cu totul din vedere. În hinduism, ea este cunoscută sub numele de *Advaita*, non-dualitatea. Cele trei religii occidentale și câteva dintre școlile hinduismului au ocultat acest adevăr în spatele învățăturilor mai puțin directe despre un Dumnezeu Persoană, care creează și împarte pedepse și recompense. Învățăturile lor sunt adevărate, însă nu sunt Adevărul Ultim. Atâta timp cât egoul persistă în iluzia propriei realități, Sinele este

Dumnezeul care îl creează, iar reflexia Sinelui este Iubirea lui Dumnezeu pentru creația sa. Legea *karme* sau legea cauzei și a efectului („Nu vei ieși până nu vei plăti cel din urmă bănuț.”<sup>2</sup>) reprezintă recompensa sau pedeapsa lui Dumnezeu. Minte se poate afla într-o stare de conștiință asemănătoare raiului sau iadului, potrivit gândurilor și faptelor sale trecute. Prin urmare, niciun exponent al *Advaitei* nu neagă adevărul religiei care proclamă credința într-un Dumnezeu Persoană, doar că explică celor care doresc să înțeleagă faptul că acesta nu reprezintă adevărul ultim.

*Advaita* nu este o filozofie. Înțelegerea ei mentală constituie doar o etapă preliminară căutării înțelegerii profunde, sub ghidarea spirituală a unui Maestru. În lumea zilelor noastre este tot mai dificil să găsești un Maestru autentic, așa cum era în Occident în urmă cu câteva secole. În beznă spirituală care domnește astăzi în lume, Sri Ramana Maharshi, numit de discipolii săi Bhagavan sau „Divinul”, a sălășluit pe pământ și a oferit îndrumare tuturor celor care l-au urmat, veniți din toate religiile lumii. El este Lumina și Adevărul. El a fost Omul care a realizat uniunea perfectă cu Spiritul, unitatea neîntreruptă, în vorbă și în faptă, tot atât cât în tăcere și în inacțiune. A sălășluit pe pământ cu scopul de a-i îndruma pe cei care s-au întors către el, de la întuneric la Lumină.

Mouni Sadhu a petrecut jumătate din viață căutând adevărul sau îndrumarea către adevăr, până când a fost condus la picioarele lui Maharshi și astfel căutarea unui Maestru autentic i-a fost răsplătită.

Nu este de mirare că, având această șansă, s-a ridicat la nivelul unor experiențe extatice. Mulți dintre cei care și-au început căutarea spirituală, precum și dintre cei care nu au realizat încă nevoia de a descoperi posibilitatea a ceva mai înalt decât viața trupului și a minții, se vor simți inspirați

---

<sup>2</sup> Matei 5:26. (n.tr.)

de experiențele descrise de autor. Cu toate că ei nu vor mai putea interacționa cu Maharshi în maniera în care a făcut-o autorul, Grația Maestrului se revarsă asupra tuturor celor care se întorc către dânsul și niciunul dintre eforturile lor nu va fi în zadar.

Pentru toți acești oameni, cartea de față poate fi mai mult decât o curiozitate. Ea poate să fie lumina care se aprinde în inimile lor receptive și care le va arăta drumul prin întuneric.

ARTHUR OSBORNE



## PREFAȚA EDIȚIEI A DOUA

„Urmăriți neîncetat să aflați răspunsul la întrebarea: «Cine sunt eu?» Încercați să vedeți de unde încep gândurile referitoare la «eu». Continuați să meditați. Concentrați-vă atenția în interior. Într-o zi, roata gândurilor își va încetini mersul și intuiția își va face în chip misterios apariția. Urmați această intuiție, opriți procesul gândirii și astfel ea vă va conduce în cele din urmă la țintă.”

– Sri Ramana Maharshi

„Dacă Adevărul Suprem este necunoscut, studiul scripturilor nu dă niciun rod, iar dacă Adevărul Suprem a fost realizat, studiul scripturilor devine inutil.”

– Sri Sankaracharya

Majoritatea oamenilor lumii acesteia nu cred în valorile spirituale. Pentru ei, mintea este totul și lucrul acesta îi conduce către o serie de reflecții și speculații. Unii își spun sceptici, alții agnostici, iar alții se mândresc cu faptul că sunt materialişti puri. Adevărul se ascunde sub propria ignoranță. Nu căutăm suficient pentru a-l afla.

Din cauză că ne-am exersat intelectul până la o anumită limită, avem impresia că nu mai avem nimic de descoperit ori de investigat. Această atitudine a minții este rezultatul sistemelor occidentale de studiu al filozofiei care, din punctul

de vedere al Orientului, este un domeniu steril și nu conduce nicăieri, se pierde în speculații și aproximări ale adevărului.

Spre deosebire de aceasta, filozofia orientală și, în special, sistemele indiene de gândire, îi oferă aspirantului sincer, angrenat cu fervoare în căutarea adevărului, speranța genuină că îl va descoperi. Aproape toți gânditorii din vechime, sfinți și înțelepți, au indicat o cale inefabilă care, urmată întocmai, conduce către eliberarea de îndoieli și incertitudini și realizarea sensului vieții. Metoda de abordare a adevărului, specifică acestor căi, este foarte asemănătoare cu metodele științifice. Ea nu se bazează pe dogmă, nici nu exploatează credulitatea oamenilor, ci indică pur și simplu o cale și definește anumite condiții care trebuie îndeplinite pentru a obține rezultatul final.

Succesul final, obținut pe această cale, depinde în totalitate de eforturile aspirantului și de profunzimea pe care o atinge în cercetarea interiorului ființei. Prima condiție evidentă a căutătorului spiritual este intensitatea dorinței, setea neostoită de a sorbi apa vieții. Fiind întrebat odată care este cea mai importantă trăsătură a unui discipol, Sri Ramana Maharshi a răspuns:

„Acesta trebuie să aibă o dorință intensă și arzătoare de a se elibera de suferințele vieții și a atinge Beatitudinea spirituală supremă. Nu trebuie să dorească nimic altceva.”

A doua condiție este efortul neîntrerupt, realizat cu respectarea strictă a regulilor unui comportament cumpătat și cultivarea virtuților detașării și discriminării. A treia condiție este căutarea unui *Sad Guru*, îndrumătorul spiritual autentic, care îl poate conduce pe aspirant cu succes către destinația finală.

Ar trebui adăugat că scripturile antice hinduse și Upanishadele ne-au oferit deja direcțiile necesare pentru această cale și realizările ei. Dar adevărul care poate fi descoperit aplicând metodele ei științifice este etern, așa cum



afirmă vechii înțelepți, și el trebuie să primească din când în când mărturia vie a existenței sale.

Vechii înțelepți ne învață, pornind de la ipoteze rezonabile și prezentând concluzii logice, că numai un maestru viu ne poate transmite adevărul Upanishadelor, nu Upanishadele însele, pentru că ele sunt doar cuvinte, în timp ce un maestru viu este însăși încarnarea acestui adevăr.

Mouni Sadhu, autorul cărții *Zile de Pace Supremă*, publicată inițial într-o ediție non-engleză sub titlul *Calea lui Sri Ramana Maharshi*, pare că a întrunit toate aceste condiții, atât cât îi este cu putință unei ființe umane. A fost un căutător spiritual plin de aspirație și a practicat câteva metode de realizare a lui Dumnezeu, specifice diferitelor școli de yoga, ocultism și misticism, înainte să vină, în sfârșit, la picioarele Maestrului și Gurului suprem, Bhagavan Sri Ramana Maharshi, care găsindu-l înzestrat cu toate calitățile și însușirile mai sus enumerate, i-a dăruit Grația sa, a eradicat iluzia egoului în ființa lui (așa cum mărturisește însuși autorul) și l-a ajutat, ghidându-l cu iubire, să-și descopere Sinele etern și imuabil în ființă.

Din punctul nostru de vedere, există două tipuri de credință rațională în realitatea vieții spirituale:

1. Credința indirectă, pe care o avem din cunoașterea experiențelor și opiniilor acestor căutători neînfricați ai adevărului, care au avut curajul și tăria de oțel de a străbate în întregime calea dificilă către realizarea Sinelui și în ale căror cuvinte, bazându-ne pe integritatea lor personală dovedită anterior, trebuie să credem.

2. Credința dobândită din experiența noastră directă – fapt pe care nimeni nu poate să-l nege sau să-l pună vreodată la îndoială.

Cartea lui Mouni Sadhu servește scopului credinței indirecte ca o mărturie prețioasă, pe care trebuie să o cercetăm în amănunt și să o aplicăm corect în viețile noastre. Autorul,

extrem de atent și de minuțios, și-a descris în cuvinte, atât cât i-a fost omenește posibil, experiențe interioare inexprimabile. Ne-a lăsat o carte pe care să o folosim în limitele în care suntem capabili.

Din dorința de a-și servi dezinteresat semenii și de a le împărtăși experiențele și convingerile dobândite ca rezultat al cunoașterii sale directe, autorul a dat gândurilor și sentimentelor sale forma acestei cărți fascinante, deopotrivă inspiratoare și foarte instructivă. Cititorul plin de aspirație va descoperi citind-o nu doar mărturia unei ființe care a depășit iluzia *samsarei*, dar și suficientă hrană pentru gândurile și inspirația elevată.

Dr. M. HAFIZ SYED  
Iunie, 1953

## INTRODUCEREA CELEI DE A DOUA EDIȚII

Prima ediție a acestei cărți a fost publicată în octombrie 1952, sub titlul *Zile de Pace Supremă – File ale jurnalului indian*. Urmând sfatul și numeroasele opinii venite din partea prietenilor, precum și multe dintre impresiile favorabile ale unor experți din India și din Occident, am decis să realizez o versiune revizuită, puțin mai lungă decât cea inițială, adăugând câteva capitole din vechiul meu jurnal și schimbând subtitlul cărții.

S-a dovedit că modalitatea cea mai bună de descriere a experiențelor trăite este adoptarea celei mai simple forme cu putință, evitând termenii tehnici clasici yoghini, care au tendința să zăpăcească cititorul neobișnuit cu aceștia. În transmiterea lucrurilor ce țin de spiritualitate, este necesar să evităm supraîncărcarea minții ca să nu-i distragem atenția și să piardă din vedere tocmai mesajul principal.

Ca să redau cuvintele lui Sri Maharshi rostite în prezența mea, am folosit citate din învățăturile publicate ale Înțeleptului, revizuite și aprobate de acesta. Cărțile citate sunt:

*Self-Realization. Life and Teachings of Sri Ramana Maharshi (Realizarea Sinelui. Viața și învățăturile lui Sri Ramana Maharshi)*, de B. V. Narasimha Swami, ediția a treia, 1936;

*Maha Yoga*, de „Cine”, ediția a treia, 1947;

*Maharshi's Gospel (Evanghelia lui Maharshi)*, ediția a patra, 1946;

*Five Hymns to Sri Arunachala (Cinci imnuri de slavă pentru Sri Arunachala)*, de Sri Maharshi, ediția a treia, 1946;  
*Spiritual Instruction (Îndrumar spiritual)* și *Who Am I? (Cine sunt eu?)*, de Sri Maharshi, două broșuri conținând compilații ale învățăturilor oferite de Maestru primilor săi discipoli, în perioada 1900 – 1902.

Din ziua când Maharshi a părăsit planul fizic, în 14 aprilie 1950, au apărut unele „noi” interpretări și citate atribuite Maestrului în cărți scrise de foști rezidenți ai Ashramului. Ele pot fi corecte, dar prefer să mă limitez la lucrările de mai sus, aprobate de Maestrul însuși. Îi ofer cititorului ocazia de a cunoaște experiențele mele proprii și îmi asum întreaga responsabilitate pentru acuratețea celor scrise.

Învățăturile Înțeleptului, trecute prin conștiința fiecărui discipol, pot să varieze în funcție de nivelul de evoluție spirituală, aspirația și intensitatea practicii fiecăruia. Învățătura în sine este atât de simplă încât nu pot exista mari variații în formularea temei principale, dar anumite interpretări individuale pot fi diferite în punctele neesențiale. Interpretarea cea mai autentică este aceea care se naște în inima discipolului, sub îndrumarea grației Maestrului.

Adevărata realizare spirituală nu vine din niciun studiu intelectual despre învățăturile Maestrului, tratate în litera lor, nici nu va fi vreodată vreun om care să descopere și să urmeze „Calea Directă” datorită acurateții vreunei biografii a marelui Rishi.

La începutul acestui secol, un maestru din Occident a spus: „Cel care părăsește planul acesta fiind orb spiritual, la fel va rămâne și după moarte.” Cu alte cuvinte, faptul în sine de a părăsi planul fizic nu aduce iluminarea. Sri Maharshi a subliniat adeseori că trebuie să trăim experiența realizării *aici* și *acum*, și niciun Maestru spiritual nu a spus vreodată altfel: sfinți și yoghini afirmă cu toții cât de urgent este să atingem

realizarea în această viață și să nu o amânăm pentru o viață viitoare, necunoscută.

De vreme ce realizarea nu este altceva decât elevarea conștiinței până la nivelul realității sinelui spiritual, ceea ce înseamnă transcenderea așa-numitei stări „normale” de conștiință a creierului-minte sau ego, ea este marcată în mod inevitabil de apariția unor forme de supra-conștiință sau *samadhi*. Aceste experiențe extatice sunt necesare înainte de a fi atinsă starea stabilă numită *sahaja samadhi*. În Occident, unele dintre aceste forme de *samadhi* sunt numite „inițieri”.

Când Sri Maharshi a fost întrebat de ce nu a parcurs șirul acestor „inițieri” în timpul vieții, ci a atins aproape imediat starea de *sahaja samadhi*, el a răspuns că cel care atinge spontan vârful trebuie să a parcurs toate etapele într-o viață anterioară.

Așa că putem accepta faptul că aceste experiențe spirituale sunt necesare înainte de a atinge starea de eliberare supremă, de Rishi, Jivanmukta sau, simplu, de Maestru. Termenii sunt sinonimi.

Prin urmare, fiecare dintre noi trebuie să experimenteze aceste stări, însă la un nivel inferior, propriu fiecăruia, în funcție de trăsăturile sale individuale. Faptul că alte ființe au atins punctul final al evoluției spirituale este în sine încurajator din perspectiva unui aspirant angrenat să descopere realitatea Sinelui.

Acesta este unicul scop al apariției acestei cărți. La întrebarea: „Ce anume ți-au adus aceste experiențe?”, singurul răspuns posibil ar fi acesta: „Certitudinea absolută că există calea, că țelul poate fi atins și că numai un Maestru ne poate conduce la atingerea lui.”

Am fost întrebat, de asemenea: „Ce se întâmplă cu discipolul după ce este separat de Maestru în forma sa fizică?”

Tot ce pot să spun este că legătura dintre Maestru și discipol nu dispăre niciodată. Maestrul își ghidează discipolii

în mod misterios pentru totdeauna. Unii au descoperit că evoluția lor a fost chiar accelerată după ce Maestrul și-a părăsit corpul, prin comparație cu perioada când au avut posibilitatea să se afle în prezența lui fizică.

Maestrul binecuvântează sămânța pe care o sădește în noi, iar restul îl face timpul, potrivit deschiderii discipolului de a primi Grația Maestrului.

Aici vedem motivul unui fapt în aparență ciudat, anume că Maestrul își trimite uneori discipolii în lume, departe de Ashram: motivul este că evoluția lor nu se poate desăvârși înăuntru.

O plantă, după ce a încolțit în seră, trebuie răsădită în grădină, să crească afară, în aer liber. Dar soarele care o luminează este același.

Doresc să ofer mulțumirile mele cordiale doamnei Nona D. Lucas din Melbourne și domnului Gerald J. Yorke din Londra, a căror colaborare neprețuită m-a ajutat să îmbunătățesc textul prezentei ediții.

MOUNI SADHU

Iunie, 1955