

Capitolul 1

DESPRE IMPORTANȚA MEDITAȚIEI (UPASANA¹)

1. Mă plec în fața lui Ramana Maharshi, Kartikeya [*fiu al lui Shiva] sub formă umană, și expun clar învățătura Lui în această lucrare.

2. & 3. În anul 1913 al erei creștine, în ziua de 29 a unui decembrie rece, pe când toți discipolii stăteau foarte atenți în jurul Lui, am rugat pe Bhagavan Maharshi să-mi răspundă precis la anumite întrebări.

Prima întrebare:

4. Putem oare obține *mukti* [*Eliberarea din această existență fenomenală] doar prin capacitatea de a deosebi realul de ireal [adică Sinele de non-Sine], sau există și alte metode pentru a pune capăt sclaviei?

¹ *Upasana*: literar, „fiind așezat lângă”, meditație în prezența unui Maestru [întrupat sau nu].

A doua întrebare:

5. Oare studiul scripturilor este suficient pentru cei dornici de cunoaștere să obțină eliberarea, sau este necesară și o practică spirituală conformă cu prescripțiile Maestrului?

A treia întrebare:

6. Cum poate să-și dea seama un *sthitaprajna* [*cel a cărui Cunoaștere este fermă – *Jnana*] că este deja în această stare? Oare din faptul că știe că este deplin iluminat, sau pentru că nu mai este conștient de lumea obiectivă?

A patra întrebare:

7. Prin ce indiciu cel instruit poate să recunoască un *jnani* (cel care a obținut Cunoașterea Absolută)?

A cincea întrebare:

8. Oare *Samadhi* (absorția totală a minții în Sine) conduce doar la *Jnana* (Cunoașterea Absolută), sau aceasta poate să confere și fructul material al unei dorințe anterioare?

A șasea întrebare:

9. Dacă practici yoga pentru a-ți atinge un scop dorit și devii un *sthitaprajna*, acea dorință se îndeplinește sau nu?

10. Auzind aceste întrebări puse de mine pentru a-mi elimina îndoielile, Bhagavan Sri Ramana Maharshi, în toată măreția grației Sale, a răspuns după cum urmează.

Răspuns la prima întrebare:

11. Doar prin fixarea completă în Sine [indiferent de metodă] poți să te eliberezi de toate limitările. Capacitatea de a distinge între real și ireal conduce [doar] la detașare.

12. *Jnani* este de nepătruns; El este fixat mereu doar în Sine. El nu consideră universul ireal sau ca fiind diferit de El Însuși.

Răspuns la a doua întrebare:

13. Căutătorul cunoașterii nu-și poate atinge scopul doar prin studiul scripturilor. Fără *upasana* (meditație, devoțiune constantă față de Sine), el nu poate atinge această țintă; asta este sigur.

14. Experimentarea [temporară a] stării naturale pe timpul practicii spirituale este numită *upasana*; atunci când această stare devine fermă și permanentă, ea însăși este numită *Jnana*.

15. După ce ai înlăturat obiectele percepute prin simțuri, rămâi în adevărata ta natură, ca flacăra a *Jnana*. Această stare de a fi se numește *Sahaja Sthiti* (starea naturală).

Răspuns la a treia întrebare:

16. Un *jnani* își dă seama cu certitudine că este un *jnani* în acea stare naturală și fermă [în care se află], prin acea Liniște Supremă eliberată de toate *vasanas* [*predispoziții sau tendințe ale minții acumulate în viețile anterioare și care se manifestă în viața curentă].

Răspuns la a patra întrebare:

17. Din faptul că cineva se comportă la fel cu toate ființele se poate concluziona că El a atins *Jnana*, [adică este un *jnani*].

Răspuns la a cincea întrebare:

18. Dacă practica *Samadhi* începe pe fondul unei dorințe, cu siguranță că acea dorință va da naștere și unui fruct.

Răspuns la a șasea întrebare:

19. Dacă practici yoga cu o dorință anume și devii un *sthitaprajna*, nu te vei bucura, chiar dacă acea dorință ți se va îndeplini.

Acesta este primul capitol intitulat „Despre importanța meditației (*Upasana*)” din lucrarea *Sri Ramana Gita*, știința lui Brahman și Scriptura Yoga, compus de discipolul lui Ramana, Vasishta Ganapathi.