**Ramana Gita (Ramana Maharshi)**

Compilato da Ganapati Muni.
Traduzione F. Falzoni G.

Capitolo I - L'importanza dell'assorbimento nel Sé

1 . Nell'offrire i miei rispetti a Maharishi Ramana, Kartikeya in forma umana, io presento i suoi insegnamenti in questo lucido lavoro.

2-3 . Nella stagione fredda, il 29 dicembre dell'anno 1913 dell'era cristiana, mentre tutti i discepoli sedevano attorno a lui con mente concentrata, io posi delle domande a lui, Bhagvan Maharishi, per avere per risposta delle conclusioni definitive.

4 . Sarà sufficiente per ottenere la liberazione la discriminazione tra il "Vero" e il "l'Irreale"? O sono necessarie anche altre pratiche?

5 . Per i ricercatori della verità, lo studio critico delle scritture da solo è sufficiente per ottenere la liberazione? O è necessaria anche la pratica spirituale secondo la guida del Guru?

6 . In che modo una persona di "stabile conoscenza" conosce di essere "ciò"? E' a causa della pienezza della sua conoscenza? O perchè è cessata la consapevolezza oggettuale?

7 . Con quale prova certa l'uomo istruito riconosce "colui che Conosce"?
Il Samadhi, l'assorbimento della mente nel Cuore, si esprime solo in conoscenza o soddisfa anche i desideri?

8 . Se qualcuno pratica lo yoga per esaudire un desiderio e diventa improvvisamente conscio del Sé, quel desiderio verrà soddisfatto o no?

9 . Dopo aver udito le domande, il mio Guru, ricettacolo di compassione, Bhagvan Sri Ramana Rishi, distruttore dei dubbi, così rispose:

10 . Lo stabilizzarsi nel Sé da solo è sufficiente per liberare da ogni legame. Tuttavia la discriminazione tra il "Vero" e il "l'Irreale" conduce a perdere interesse per il transitorio.

11 . Il profondo jnani (uomo di conoscenza) ha le sue radici sempre e solo nel Sé. Non considera l'universo "Irreale" né lo vede come separato da sé.

12 . Non c'è dubbio che lo studio critico delle scritture non conduce alla liberazione il cercatore della verità. Senza esperienza nella pratica spirituale (Upasana) non ci potrà essere realizzazione. Questo è certo.

13 . Sperimentare lo "stato naturale" durante la pratica spirituale è detto "Upasana". Quando questo stato si stabilizza senza fluttuazioni, è chiamato "Conoscenza".

14 . Il risiedere nella propria stessa natura come una fiamma di conoscenza, dopo aver scartato gli oggetti dei sensi è lo "stato naturale".

15 . Stabilisciti nello stato naturale attraverso il silenzio mentale, libero da tutte le tendenze, il conoscitore conosce se stesso come "ciò", senza alcun dubbio.

16 . Si potrà riconoscere chi conosce, dal sigillo della sua equanimità verso tutta la creazione.

17 . Se la pratica dell'assorbimento mentale nel cuore è stata iniziata per soddisfare un desiderio, quel desiderio certamente darà i suoi frutti.

18 . Se praticando lo yoga con un desiderio un individuo diviene saggio, anche quando il desiderio viene esaudito non vi sarà esaltazione.

Capitolo II. - I tre sentieri

1 . Durante la stagione delle piogge del 1915, Bhagvan Sri Ramana Rishi indicò l'essenza dei suoi insegnamenti in un verso.

2 . Nel centro della cavità del Cuore, Brahman splende solo. E' la forma del Sé sperimentata direttamente come "Io"-"Io". Entra nel cuore, attraverso l'auto investigazione, l'immedesimazione o attraverso il controllo del respiro e radicàti nell'esperienza che sei Ciò.

3 . Chiunque comprenda questo verso espresso da Bhagvan Maharishi, che contiene l'essenza del Vedanta, non sarà mai più assalito dai dubbi.

4 . Nella prima metà del verso Bhagvan ha indicato il luogo del Sé all'interno del corpo fisico formato dai cinque elementi.

5 . Nella stessa prima metà del verso la natura dell'esperienza della conoscenza del Sé è affermata, la differenza con Dio negata, l'esperienza diretta raccomandata, rendendo superflui gli attributi descrittivi del Sé.

6 . Nella seconda metà del verso sono date istruzioni per la pratica del discepolo nei tre differenti metodi che in essenza sono uno.

7 . I tre sentieri sono: auto-investigazione, immedesimazione nel Cuore e controllo del respiro.

Capitolo III. - Il sommo dovere

1 . Per il diletto del saggio, la conversazione tra Daivarata e Acharya Ramana è trascritta in questo capitolo.

2 . Signore quale è il sommo dovere di un essere umano coinvolto nel ciclo delle nascite e delle morti? Per favore spiegami.

3 . Il Signore rispose: per coloro che desiderano il più alto, scoprire la propria vera natura è la cosa più importante. E' la base di tutte le azioni e dei loro frutti.

4 . Brevemente, attraverso quale pratica si può diventare consapevoli della propria vera natura? Quale sforzo suscita l'esaltante visione interiore?

5 . Ritirando tutti i pensieri dagli oggetti dei sensi attraverso lo sforzo, si dovrebbe rimanere fissi in una lucida indagine non oggettuale.

6 . Questa in breve è la pratica per conoscere la propria vera natura; questo sforzo da solo suscita l'esaltante visione interiore.

7 . Migliore tra i saggi, l'osservanza di un codice di comportamento prescritto dalle scritture continuerà ad essere utile sino a quando non sarà raggiunto il successo?

8 . Le regole di condotta prescritte aiutano i seri ricercatori nel loro sforzo. Le regole e le proibizioni scompaiono da sole quando il successo è raggiunto.

9 . Si può ottenere il successo della medesima portata attraverso la ripetizione delle sillabe sacre allo stesso modo che con l'esclusiva e ferma ricerca del Sé non-oggettivante?

10 . Il serio ricercatore che incessantemente con mente ferma ripete i Mantra o la sillaba OM, otterrà il successo.

11 . Attraverso la ripetizione delle sacre sillabe o del puro OM la mente si ritira dagli oggetti dei sensi e diventa una cosa sola con il Sé.

12 . Questa meravigliosa conversazione ebbe luogo il settimo giorno del settimo mese dell'anno 1917 dell'era Cristiana.

Capitolo IV. - La Natura della Consapevolezza

1 - 2 . Migliore dei saggi, quale tra queste riflessioni può essere definita "conoscenza": "io sono Bramhan" - "Bramhan io sono" - "io sono il tutto", - "tutto è Brahman"? Oppure la conoscenza è diversa da tutti questi concetti?

3 . Il Signore Ramana Muni, il mio maestro e Guru, ascoltò con grazia la domanda e così rispose:

4 . Non c'è dubbio che tutte queste meditazioni sono meramente concettuali. Lo stare nel proprio stato di pura consapevolezza secondo il saggio è "conoscenza".

5 . Dopo aver udito la risposta del guru che dissolve i dubbi, gli feci un'altra domanda riguardo ad un altro problema.

6 . Signore dei saggi, può il Bramhan essere compreso attraverso il pensiero? Toglimi questo dubbio dalla mente.

7 . Nell'udire questo, l'amico di quelli che trovano rifugio in lui, mi inondò con il suo sorriso e parlò così:

8 . Se il pensiero cerca di comprendere il Bramhan che è lo stesso proprio Sé, perde la sua identità separata e diventa "Quello".

9 . Questa breve conversazione ebbe luogo il 21 luglio del 1917.

Capitolo V. - La Scienza del Cuore

1 . Ramana Muni parlò ampiamente del Cuore il 9 agosto del 1917.

2 . Ciò da cui sorgono tutti i pensieri degli esseri incarnati è il Cuore. Le descrizioni del Cuore sono solo concetti mentali.

3 . In breve, il pensiero "Io sono" è la radice di tutti i pensieri. La sorgente del pensiero "Io Sono" è il Cuore.

4 . Se il Cuore è il ricettacolo del "Anatha Chakra" (quarto Chakra) come può la pratica dello Yoga iniziare dal Muladhara (primo Chakra)?

5 . Il Cuore non è l'organo che pompa il sangue. "Hridayam" significa: "questo è il centro". Sta per rappresentare il Sé.

6 . Il luogo del Cuore è sulla destra del petto e non sulla sinistra. La luce della consapevolezza fluisce dal Cuore attraverso il canale di Sushumna sino a Sahasrara (settimo Chakra).

7 . Da Sahasrara la consapevolezza si diffonde in tutto il corpo, e quindi sorge l'esperienza del mondo. Vedendo sé stessi come differenti da questa consapevolezza gli esseri umani vengono imprigionati nel ciclo delle nascite e delle morti.

8 . Il Sahasrara di uno che vive immerso nel Sé è solo luce pura. Ogni pensiero che si avvicina non può sopravvivere.

9 . Anche quando gli oggetti vengono percepiti, per la loro vicinanza non disturbano lo yoga e la mente non vede differenze.

10 . Lo stato in cui la consapevolezza è stabile, anche quando sono percepiti oggetti, è chiamato stato naturale. Nel Nirvikalpa samadhi non c'è percezione oggettuale.

11 . L'intero universo è dentro il corpo, e tutto il corpo è nel cuore. Quindi l'universo è contenuto nel cuore.

12 . L'universo è solo nella mente e la mente non è altro che il Cuore. Così l'intera storia dell'universo culmina nel cuore.

13 . Il cuore è per il corpo ciò che il sole è per il mondo. La mente in Sahasrara è come l'orbita della luna per il mondo.

14 . Come il sole illumina la luna, il cuore dà luce alla mente.

15 . Un mortale incosciente del cuore vede solo la mente, come solo la luce della luna si vede di notte quando il sole è tramontato.

16 . Inconsapevole che la vera sorgente della consapevolezza è il proprio stesso Sé, e percependo mentalmente gli oggetti come separati da sé, gli ignoranti si illudono.

17 . La mente di colui che conosce e che risiede nel Sé, si fonde nella consapevolezza del cuore come la luce della luna durante il giorno.

18 . Anche se il significato del termine "Prajnana", "intelligenza", è riferito alla mente, il saggio sa che il suo significato essenziale è Cuore. Il supremo è il Cuore.

19 . La differenza tra ciò che vede e la cosa vista è solo nella mente. Per quelli che risiedono nel Cuore la percezione è unitaria, e una.

20 . Quando c'è un forzato arresto dei pensieri, nello svenimento, nel sonno, nell'eccesso di gioia o di dolore, nella paura e così via, la mente ritorna alla sua sorgente il Cuore.

21 . Tale immedesimazione è inconscia e la persona ne è inconsapevole. Invece quando uno entra coscientemente nel Cuore ciò è chiamato Samadhi. Perciò la differenza dei termini.

Capitolo VI. - Mezzi per controllare la mente

1 . Il migliore conoscitore della verità, il saggio Ramana, avendo spiegato la scienza del Cuore, parlò dei mezzi per controllare la mente.

2 . L'uomo attaccato agli oggetti e preda di pensieri senza fine a causa della forza della tendenze latenti trova difficile controllare la mente.

3 . Si dovrebbe controllare la mente irrequieta attraverso il controllo del respiro. Allora la mente come un animale domato cesserà di vagare.

4 . I pensieri si controllano attraverso la regolazione del respiro. Quindi uno può stabilirsi alla loro sorgente.

5 . Osservare il flusso del respiro con la mente è il sistema per controllarla. Tale osservazione se costante stabilizza il respiro.

6 . Se alla mente manca la forza necessaria per una costante osservazione del respiro allora vengono consigliate le pratiche di restrizione del respiro dell'Hata Yoga.

7 . Esalare il respiro per una unità di tempo, inalare per una unità di tempo, e trattenere il respiro per quattro unità di tempo purifica i canali attraverso cui fluisce il respiro.

8 . Il controllo del respiro si realizza gradualmente quando i canali sono purificati. Quando tale regolazione diventa permanente allora è naturale.

9 . Il saggio osserva e rinuncia alla nozione "Io sono il corpo" mentre esala, l'auto indagine "chi sono io mentre inala, e immedesimazione nel cuore nella pausa.

10 . La mente si può controllare anche con la ripetizione delle sillabe sacre. Allora il mantra , la mente ed il respiro diventano uno.

11 . Il fondersi della mente e del respiro e chiamata "Dhyana" e conduce allo stato naturale quando diventa profonda e stabile.

12 . Frequentando ogni giorno grandi esseri sempre immersi nella consapevolezza la mente si immerge nella sua sorgente.

Capitolo VII. - L'autoindagine

1 . Il settimo capitolo registra l'eccellente conversazione tra Karshni della discendenza di Bharadvaja e l'Acharya Ramana

2 . In che cosa consiste l'autoindagine? Quale il suo effetto? Possono ottenersi risultati migliori con altri metodi?

3 . Il pensiero "io sono" si dice essere l'essenza di tutti i pensieri. Ricerca la sorgente di questo pensiero.

4 . Questa è l'autoindagine e non lo studio critico delle scritture. Quando si insegue la sorgente l'ego si fonde con essa.

5 . Solo il Sé rimane in tutta la sua perfezione e pienezza quando l'ego, che è un suo riflesso, si fonde in esso.

6 . Il risultato dell'autoindagine è la cura di tutte le sofferenze. Non c'è nulla di più grande di questo.

7 . Con pratiche differenti dall'autoindagine sono possibili meravigliosi poteri occulti. Ma anche se uno raggiunge tali poteri, in fine è solo l'autoindagine che conduce alla liberazione.

8 . Chi può considerarsi adatto per l'autoindagine? E' possibile riconoscere la propria predisposizione?

9 . Colui la cui mente è stata purificata dalle pratiche spirituali o da meriti accumulati in vite passate, colui che ha disinteresse per il corpo e per gli oggetti dei sensi, è adatto a questa ricerca.

10 . Colui il quale prova disgusto quando la mente si deve muovere tra gli oggetti dei sensi ed è consapevole della transitorietà del corpo, è detto competente per l'autoindagine.

11 . Si può riconoscere la propria predisposizione attraverso questi segni: sensazione della transitorietà del corpo e distacco dagli oggetti dei sensi.

12 - 13 . Per chi è maturo per l'autoindagine attraverso la discriminazione ed il non attaccamento, sono utili le preghiere, i lavacri ad ore stabilite, il mantenere un fuoco sacro, il servizio devozionale a Dio, i canti, i pellegrinaggi e i sacrifici, la carità, le austerità?

14 . Per i principianti competenti con leggeri attaccamenti tutte queste azioni rendono la mente progressivamente pura.

15 . Azioni virtuose del corpo, della parola e del pensiero distruggono le opposte attività del corpo, della parola e del pensiero.

16 . L'attività dei maestri maturi che hanno mente assolutamente pura, è benefica per il mondo.

17 . I maestri realizzati non si fanno coinvolgere dalle attività devozionali per paura o per seguire ingiunzioni spirituali. Le loro azioni sono per il bene e per l'istruzione degli altri.

18 . Azioni meritevoli, fatte senza attaccamento e senza senso di differenza, non ostacolano l'autoindagine.

19 . Non svolgere le azioni prescritte non è un peccato per il saggio. Perché l'autoindagine stessa è la più meritevole e la più purificante delle azioni.

20 . I saggi paiono cadere in due categorie, quelli che rinunciano all'azione per una comunione solitaria e quelli attivi per il benessere degli altri.

21 . Signore dimmi se ci sono altri sentieri per la liberazione, differenti dall'autoindagine? Questi sentieri sono diversi o la stessa cosa?

22 . Altri sentieri si sforzano di raggiungere qualcosa, l'autoindagine cerca colui che fa lo sforzo. I primi ci mettono più tempo, ma alla fine portano alla conoscenza del Sé.

23 . La meditazione su di un solo pensiero porta alla stabilità della mente e tale stabilità porta al Sé.

24 . Chi medita giunge al Sé senza rendersene conto. Colui che indaga si perde nel Sé coscientemente.

25 . I più eccelsi oggetti di meditazione, siano Dio o qualcosa di sacro, si fondono alla fine nel grande fuoco del Sé.

26 . Lo scopo della meditazione e dell'autoindagine sono uno. Il primo raggiunge l'immobilità attraverso la contemplazione, il secondo attraverso la conoscenza.

Capitolo VIII. - I quattro stadi della vita

1 . In risposta ad un'altra domanda di Karshni, il Signore Ramana spiegò i doveri delle quattro età della vita.

2 . Uno scapolo, un uomo di casa, uno che vive nella foresta, un sanyasi, una donna o un fuori casta possono tutti svolgere l'autoindagine sul Sé se sono maturi?

3 . Le fasi sono scalini per raggiungere il Supremo, non si applicano a colui che ha una mente matura.

4 . Le fasi della vita sono state prescritte per un fluire facile negli affari del mondo. Le prime tre fasi non sono nella via della conoscenza.

5 . Il "Sanyasa", la vera rinuncia, é pura conoscenza. Non c'entra la veste arancione o la testa rapata. Tuttavia questa fase è intesa per guardarsi da ostacoli alla conoscenza.

6 . Uno che ha ben sviluppato le energie, anche da scapolo attraverso lo studio diligente delle scritture e delle pratiche opportune per ottenere la conoscenza, sarà più brillante avanti nella vita.

7 . Una vita pura in gioventù porterà a una vita pura come capofamiglia. Il ruolo di capofamiglia viene svolto per il bene di tutti.

8 . Anche un capofamiglia, se ha raggiunto completo distacco, raggiunge la Luce Suprema. Questo è certo.

9 . I saggi indicano la vita nella foresta come terza fase per poter svolgere pratiche di austerità. In questa fase uno può essere con o senza la moglie.

10 . Per lo yoghi la cui pratica spirituale ha bruciato i suoi errori, la quarta fase (Sanyasa) viene da sola a tempo debito.

11 . Questi insegnamenti del settimo e ottavo capitolo furono datai dal Signore Ramana il 12 agosto 1917.

Capitolo IX. - Tagliare il Nodo

1 . Il 14 agosto alla notte chiesi al Grande Rishi, riguardo al "tagliare il nodo", argomento sul quale anche le persone colte hanno dubbi.

2 . Lo splendente Signore, Ramana Maharshi ascoltò la domanda, meditò per un po', e poi parlò nel suo modo divino.

3 . Il nodo è il collegamento tra il Sé ed il corpo. La consapevolezza del corpo nasce a causa di questo collegamento.

4 . Il corpo è materia, il Sé è consapevolezza. Il legame tra i due viene dedotto dall'intelletto.

5 . E' per la luce diffusa della consapevolezza che il corpo funziona. Poiché non vi è consapevolezza del mondo, nel sonno, nello svenimento e simili, la posizione del Sé deve essere dedotta.

6 . Come l'invisibile luce elettrica passa attraverso i fili visibili, la fiamma della consapevolezza fluisce attraverso i diversi canali del corpo.

7 . La fiamma della consapevolezza, attaccandosi ad un centro, illumina tutto il corpo come il sole illumina tutto il mondo.

8 . E' a causa del diffondersi della consapevolezza che uno diventa cosciente del corpo. I saggi dicono che il centro di irradiazione è il Cuore.

9 . Il flusso della consapevolezza viene dedotto dal gioco di forze nei canali. Le forze si muovono nel corpo, ognuna abbracciando un particolare canale.

10 . Il canale attraverso cui fluisce la consapevolezza si chiama "sushumna". E' anche chiamato "atma nadi", "para nadi" e "amrita nadi".

11 . Poiché la consapevolezza pervade tutto il corpo, ci si attacca al corpo e lo si guarda come se fosse il Sé, e si vede il mondo come separato da noi.

12 . Quando attraverso la discriminazione si raggiunge il distacco e si rinuncia all'idea di essere il corpo, e si ricerca con mente concentrata, i canali vengono purificati.

13 . Con la purificazione dei canali, il Sé si separa da loro, e si muove splendendo nel raggiungere il canale supremo.

14 . Quando la consapevolezza risiede solo nel canale supremo, solo allora il Sé splende solo.

15 . Anche gli oggetti vicini non sono percepiti come separati. Egli diventa cosciente del Sé allo stesso modo in cui un ignorante è consapevole del suo corpo.

16 . Colui per il quale solo il Sé splende, all'interno e all'esterno e ovunque, come il nome e la forma per l'ignorante, questo ha tagliato il nodo.

17 . Il nodo ha due aspetti: uno dei canali, l'atro dell'attaccamento mentale. Colui che percepisce, benché sottile, vede l'intero mondo grossolano attraverso i canali.

18 . Quando la mente si ritrae da tutti gli altri canali e risiede solo nel canale supremo, allora il legame con il corpo è tagliato e uno rimane nel Sé.

19 . Il corpo di colui che risiede nel Sé attraverso l'autoindagine è splendente come un palla d'acciaio rovente che appare come fosse di fuoco.

20 . Le tendenze latenti del passato che riguardano il complesso corpo-mente sono distrutte. Non c'è sensazione di un "agente", di un qualcuno che agisce, perché non c'è identificazione con il corpo.

21 . Si dice che il Karma di una tale persona è distrutto grazie all'essenza della sensazione di "qualcuno che agisce". Non sorgono dubbi in lui perché solo il Sé esiste per lui.

22 . Colui che ha avuto il taglio del nodo non tornerà più ad essere legato. Questo stato è di supremo potere e pace.

Capitolo X. - Sulla Società

1 . Questo capitolo registra la conversazione tra Yoganath e Maharshi Ramana, su come conferire gioia alla società.

2 . Grande saggio, qual è la relazione tra l'individuo e la società? Dammi una spiegazione utile al bene della comunità.

3 . La società riunisce individui con diversi modi di vivere, la società è come un corpo e gli individui sono le sue membra.

4 . Un individuo prospera lavorando per il bene della società, come un organo che è utile per il corpo.

5 . Si dovrebbe servire l'interesse sociale, attraverso l'azione fisica, la parola ed il pensiero e insegnare al prossimo di fare altrettanto.

6 . Uno dovrebbe costruire una sua propria cerchia e farla prosperare, cosicché essa possa servire agli interessi della società facendo prosperare anch'essa.

7 . Yoganath chiese: alcuni pregano per la pace (shanti), altri per il potere (shakti), che cosa è necessario per il bene della società?

8 . Bhagavan rispose: per purificare la propria mente è necessaria la pace, la Shakti è necessaria per il progresso della società. La società dovrebbe essere elevata attraverso il potere e quindi si dovrà stabilire la pace.

9 . Yoganath chiese: Grande saggio quale è il più alto goal che deve essere realizzato dall'intera società umana?

10 . La fratellanza basata sull'uguaglianza è il goal supremo della società.

11 . Attraverso la fratellanza la pace e l'amicizia prevarranno tra gli uomini e il mondo fiorirà come una sola famiglia.

12 . Questa conversazione tra l'asceta Yoganath ed il compassionevole Ramana ebbe luogo il 15 agosto del 1917.

Capitolo XI. - La compatibilità tra saggezza e potere

1 - 2 . Avvicinai il Guru, il grande saggio, l'illustre Ramana in forma umana, preminente tra i conoscitori di Brahman, colui che sempre risiede nel Sé, mentre era solo a cantare la sua preghiera per essere benedetto della saggezza tanto difficile da realizzare, la notte del 16.

3 . Solo in te trovo la suprema identificazione nel Sé e la mente più pura. Sei il ricettacolo di tutta la saggezza, come l'oceano che accoglie tutte le acque.

4 . Sei diventato famoso per avere ottenuto la saggezza così difficile da trovare anche per gli Yoghi, nella giovinezza all'età di 17 anni.

5 . Oh signore è possibile descrivere il tuo stato, nel quale l'intero mondo visibile appare come un gioco di ombre?

6 . Tu sei il supremo rifugio per coloro che coinvolti dalle loro illusioni immersi in un mondo terribile combattono per attraversare questo grande dolore.

7 . Attraverso la visione divina che mi è stata data io posso vederti nella forma di Subrahmanya, il più importante conoscitore di Brahman, in forma umana.

8 . Non risiedi in Swamimalai o in Tiruttani, ma sei in realtà in Arunachala.

9 . Una volta hai rivelato il segreto della scienza del Sé a Maharsi Narada, che ti serviva come discepolo.

10 . Coloro che conoscono i Veda dicono che tu sei Brahmarishi Sanatkumar. Mentre altri ti acclamano come Subrahmanya, il capo degli Dei.

11 . Solo i nomi sono differenti non la persona a cui si riferiscono. Sanatkumar e Skanda, sono per te solo sinonimi.

12 . In passato sei nato come Kumarila, il migliore dei Bramini, e hai ristabilito la Legge dei Veda.

13 . Quando la Legge era confusa ti sei incarnato nella terra Tamil come Jnana Sambhanda ed hai stabilito il sentiero della devozione.

14 . Oh pieno di gloria, sei di nuovo tornato sulla terra per proclamare la conoscenza di Brahman oscurato da coloro che erano soddisfatti dallo studio delle scritture soltanto.

15 . Maestro, tu che hai dissolto molti dubbi dei discepoli, per favore liberami da un mio dubbio.

16 . La "saggezza" ed i "poteri" sono opposti tra loro? Oppure c'è relazione tra loro?

17 . Così da me interrogato Bhagavan Ramana mi guardò maestosamente e così parlò:

18 . Lo stato naturale non ha lacune. Chi è fermamente in esso svolge spontaneamente e incessantemente la più difficile pratica.

19 . La naturale identificazione con il Sé da sola è la pratica più difficile. Attraverso questa pratica quotidiana uno è pronto di momento in momento.

20 . I poteri vengono al saggio da questa "prontezza". Egli mostra questi poteri solo se così è destinato dal fato.

21 . Il saggio non vede il mondo separato dal Sé, anche quando manifesta poteri essi non lo riguardano se non come il Sé.

22 . Il saggio, per cui il fato non ha deciso in quel modo, rimane inattivo come un oceano calmo, anche se è pieno di potere.

23 . Vivendo nello stato naturale egli non va in cerca di nessun altro sentiero. Risiedere nel Sé è la somma totale di tutti i poteri.

24 . Penitenza senza sforzo è definito lo stato naturale. Si ritiene che i poteri sorgano dalla prontezza nata dal risiedere nello stato naturale.

25 . Benché possa essere circondato dalla folla uno che risiede nel Sé esegue una pratica inviolabile. Non c'è necessità di solitudine per lui.

26 . Coloro che considerano che la saggezza è separata dal potere sono ignoranti. Perché chi conosce risiede nel Sé che è la sorgente di ogni potere e della pienezza della vita.

Capitolo XII. - La Shakti

1 . Il 19, Kapali, del lignaggio di Bharadwja, eminente tra gli istruiti, interrogò Guru Ramana.

2 . Nella vita quotidiana sia del saggio che dell'ignorante si osserva la triade di osservatore, osservato e atto dell'osservazione.

3 . Allora quale è la caratteristica speciale che differenzia il saggio dall'ignorante? Per favore chiariscimi questo dubbio.

4 . Per colui al quale il soggetto non è diverso dal Sé, l'oggetto e l'atto di consapevolezza altrettanto non appaiono diversi dal Sé.

5 . Per coloro che sono attaccati al corpo, il soggetto appare differente dal Sé. Gli oggetti e la coscienza anch'essi appaiono differenti dal Sé.

6 . Anche nella differenza l'essenziale unità viene percepita dal saggio. L'ignorante, imprigionato dalle differenze, si considera separato.

7 . Signore, il Sé, sul quale la triade appare, è intessuto di Shakti e potere o ne privo?

8 . Figliolo, il Sé, su cui le differenze della triade appaiono, è ritenuta dai conoscitori dei Vedanta il deposito di tutti i poteri.

9 . Il Potere divino secondo i saggi del Vedanta è statico o dinamico?

10 . E' per il movimento della Shakti (potere) che il mondo viene in essere. Il terreno da cui dipende è solido.

11 . Il movimento su ciò che è immobile ed è causa di questo mondo, è descritto da coloro che la conoscono come l'indescrivibile illusione.

12 . Il movimento viene considerato reale dal soggetto. In realtà non c'è movimento nel Sé.

13 . Ishvara ed il suo potere sono visti come separati a causa della visione dualista. Se la mente si immerge nella sua sorgente i due diventano uno

14 . Kapali chiese: Signore l'attività di Dio, che è l'origine di questo vasto mondo, è eterna?

15 . Benché il movimento sia causato dal potere inerente al Supremo, in realtà non si muove nulla. Questo è un segreto conosciuto solo dai saggi.

16 . Il movimento è attività, ed è chiamato potere. Tutto il visibile è creato dalla Persona Suprema attraverso il suo stesso potere.

17 . L'attività è di due categorie, manifestazione e assorbimento. Quando i testi vedici dicono "quando tutto è diventato il Sé" intendono si è riassorbito.

18 . IL termine "Sarvam" (tutto questo - ogni cosa) si riferisce ai "molti" percepiti dalla visione dualista. Il divenire implica attività.

19 . L'espressione "il Sé in sé stesso" implica che la moltitudine dovrà alla fine riassorbirsi nel Sé.

20 . La consapevolezza del Sé non è possibile senza potere (Shakti). Il potere ha due aspetti: attività e fondamento.

21 . I saggi sanno che l'attività di creazione dell'universo è movimento. Il fondamento è solo il Sé.

22 . Il Sé non dipende da nulla essendo universale. Solo colui che comprende che esso è sia movimento che fondamento, comprende la verità.

23 . Non sorgerebbero differenze nella Realtà senza movimento. Il movimento non può esistere separatamente dalla Realtà.

24 . Nel corso del tempo, la grande dissoluzione dell'universo dovrebbe avere luogo, questa attività si riassorbe nel Sé.

25 . Tutta questa attività non è possibile senza Potere (Shakti), né il mondo né la consapevolezza d'esso, e di questo la triade è formata.

26 . Il potere trascendente unico, è definito da due nomi, il Sé perché è il fondamento e il potere (Shakti) che è l'attività creativa.

27 . E considerano solo il movimento espressione del potere, bisogna indicare che alla base c'è la Realtà Suprema.

28 . Questa Realtà suprema è denominata da alcuni Shakti, da altri uomini di conoscenza è chiamata Sé e da altri ancora è considerata "la Persona Suprema".

29 . La Verità viene compresa in due modi, perché ci viene indicata e per immediata consapevolezza. L'indicazione rappresenta il reale ed è sperimentata come la Realtà.

30 . La consapevolezza del Sé si può avere in due modi, attraverso la sua attività, o percependola per quello che è, attraverso i suoi attributi, o immedesimandosi in essa.

31 . Si dice che il Sé sia il fondamento, e l'attività i suoi attributi. comprendendo attraverso l'attività la sorgente dell'attività stessa, ci si stabilizza fermamente nel Sé.

32 . Il Sé si manifesta con i suoi attribuiti e gli attributi si manifestano attraverso il Sé. I due sono inseparabili.

33 . Poiché il Sé viene conosciuto attraverso i suoi attributi, esso è eternamente attivo.

34 . Se si comprende propriamente si comprende che l'attività non è separata dal fondamento. Il pensiero che siano diversi è concettuale.

35 . La creazione esprime il gioco della Shakti, è solo un idea nella mente di Dio. Se si trascende l'idea solo il Sé rimane.

Capitolo XIII. - Donne adatte al Sentiero Spirituale

1 - 2 - 3 - 4 . Luce della luna di Atreyas, sposata nel lignaggio Vasishta, madre del coraggioso Mahadeva conoscitore di Brahman, moglie ideale, devota al bene del mondo e alla grande saggezza lodata dai saggi, l'amica nella pratica spirituale, Visalakshi, famosa moglie del Guru della Tara Vidya, pose due domande attraverso di me, a Ramana, il saggio amico dell'universo.

5 . Se degli ostacoli sorgono per donne che cercano l'assorbimento nel Sé, le scritture permettono loro di lasciare la casa e diventare sannyasi?

6 . Se una donna liberata in vita lascia il corpo quale è la giusta cosa da fare la sepoltura o la cremazione?

7 . Dopo avere udito le due domande, Bhagavan, il grande saggio conoscitore dell'essenza delle scritture, espresse le sue decisioni.

8 . Poiché le scritture non lo proibiscono, non c'è nulla di sbagliato se una donna assorbita nel Sé diventa un asceta quando pienamente matura.

9 . Per quanto riguarda la liberazione e la conoscenza del Sé, non c'è differenza tra uomo e donna. Il corpo di una donna liberata in vita non deve essere cremato in quanto è un tempio di Dio.

10 . Le conseguenze negative della cremazione di un uomo liberato sono le medesime per sé, il corpo è quello di una donna che ha ottenuto la liberazione.

11 . Questi punti riguardanti la liberazione della donna furono spiegate il 21 agosto 1917 dal saggio Ramana Maharshi.

Capitolo XIV. - Jivanmukti (Liberazione in vita)

1 - 2 . Il 21 agosto, Vadarbha, del lignaggio Bharadwaja, della famiglia di Sivakula, grande tra i sapienti, maestro della parola, interrogò il Maharshi sulla liberazione ottenuta durante la vita. Dopo aver ascoltato, il Maharshi rispose all'auditorio.

3 . Il consapevole assorbimento nel Sé, senza il disturbo di idee spirituali o mondane è "la liberazione in vita".

4 . La liberazione è di un solo tipo. Non c'è differenza nello stato di consapevolezza. Chi è liberato mentre ha un corpo è chiamato Jivanmukti.

5 . Non c'è differenza nell'esperienza di chi è liberato nella vita da ciò che sentiamo dire nei Veda, di coloro che vanno in Brahmaloka e ottengono là la liberazione.

6 . L'esperienza di un grande personaggio la cui forza si fonde con il Sé al momento della morte è la stessa cosa dei due precedenti esempi.

7 . La liberazione è di un solo tipo. Assorbimento nel Sé significa la stessa cosa, e anche fine dei legami significa la stessa cosa.

8 . Migliori tra gli uomini, sappiate che la forza vitale di una grande persona, che si immerge nel Sé e trova la liberazione mentre è in vita, è assorbita nel Sé anche mentre abita il corpo.

9 . In alcuni casi, a colui che ha ottenuto la liberazione, può accadere col tempo che a causa della maturazione della pratica egli possa raggiungere lo stato di intangibilità sino a che rimangono le sue forme.

10 . Anche l'invisibilità può aver luogo. Chi è in rapporto con questo potere vive come vuole come pura consapevolezza.

11 . Questi due poteri sul corpo fisico possono aver luogo anche in poco tempo attraverso la grazia del Signore.

12 . Differenze in questi poteri non significa differenza, alcuna differenza, nella liberazione. Chi è assorbito nel Sé è liberato che sia o meno nel corpo.

13 . Chi ascende attraverso il canale della coscienza guadagna la liberazione per l'illuminazione che si manifesta.

14 . Per il serio ricercatore con mente matura l'ascesa al più alto scopo ha luogo per Grazia Divina.

15 . Può muoversi a suo piacimento in tutti i mondi, assumere differenti corpi a suo desiderio, ed anche conferire la Grazia ad altri.

16 . Alcuni saggi dicono che il Kailash è il mondo dei liberati, altri dicono che è il Vaikunta, ed altri la regione del sole. Come la terra ed altri pianeti anche questi mondi dei liberati sono proiezioni del Sé, prodotti dal suo meraviglioso potere.

Capitolo XV. - Sravana manana Nidhyasana

1 . Signore quale è il senso di Sravana (ascoltare la Verità), Manana (la sua contemplazione) e Nidhyasana, (immedesimazione in essa)?

2 . Così da me interrogato Bhagavan, il migliore dei conoscitori di Brahman, rispose ai discepoli riuniti il mattino del 22 agosto.

3 . Alcuni dicono che ascoltare la Verità è udire l'esposizione dei maestri di testi Vedantici con spiegazione e commento.

4 . Altri dicono che ascoltare la Verità consiste nell'udire la spiegazione con parole proprie del Conoscitore del Sé e la sua esperienza sulla natura del Sé.

5 - 6 . Avendo udito dai testi Vedici o attraverso l'esposizione del Guru la propria vera natura, oppure per meriti accumulati in vite passate, se uno ascolta il proprio Cuore riconoscendo in esso la natura della sensazione di essere un "io" oltre e indipendente dal corpo, è di fatto ascoltare la Verità.

7 . Si dice che lo studio delle scritture sia la contemplazione del Sé. In realtà solo l'auto indagine è la sua contemplazione.

8 . Alcuni dicono che la percezione attraverso la discriminazione dell'identità dell'individuo con il Brahman libero da dubbi o errori, é l'assorbimento nel Sé.

9 . Anche se la conoscenza delle scritture è senza dubbi ed errori, non può da sola conferire l'esperienza.

10 . Vasista, i dubbi e gli errori sono rimossi solo attraverso l'esperienza e non attraverso centinaia di scritture.

11 . Le scritture dissolvono i dubbi e gli errori di coloro che hanno fede, quando la fede declina anche solo un po' essi riemergono.

12 . E' solo attraverso l'esperienza dell'assorbimento nel Sé che entrambi sono sradicati (i dubbi e gli errori). L'immedesimazione nel Sé si dice immedesimazione nella Verità.

13 . Quando senza immedesimazione nel Sé, la mente vaga anche nella lettura di centinaia di scritture non può ricevere l'esperienza diretta.

14 . Se la stabile immedesimazione nel Sé diventa naturale, essa è la libertà, lo stato supremo, e si definisce esperienza diretta.

Capitolo XVI. - La Bhakti

1 . Interrogato sulla devozione a Dio, il migliore tra gli uomini, il grandemente di buon auspicio Bhagavan Ramana Maharshi così parlò.

2 . Il Sé è caro ad ognuno. Null'altro è più caro. Un amore ininterrotto come un filo d'olio è detto Bhakti devozione.

3 . I saggi sanno attraverso l'amore che Dio non è differente da sé stessi. Benché il devoto guarda a Dio come separato da sé egli si fonde in Lui e quindi risiede nel Sé.

4 . Anche quando, senza desiderio per esso, l'amore fluisce verso Dio come un filo d'olio ininterrotto senza dubbio, conduce al Sé.

5 . Anche se uno si considera di intelligenza limitata e differente da Dio, che fa servizio devozionale al Supremo che tutto pervade, come fosse una Divinità particolare e lo prega per liberarsi dalle sofferenze, alla fine raggiunge soltanto il Supremo.

7 . Anche se il nome e la forma sono sovrapposte alla divinità, si trascendono questi stessi nomi e forme attraverso di essi.

8 . Quando la devozione è completa, ascoltare una volta è sufficente. Allora la devozione stessa conferisce la perfetta conoscenza.

9 . Quando la devozione non fluisce come un filo d'olio è chiamata devozione intermittente. Ma di certo è la base della devozione suprema.

10 . La devozione di chi pratica per soddisfare un desiderio non termina con l'ottenimento d'esso. Continua a rivolgersi a Dio per l'ottenimento della felicità eterna.

11 . La devozione anche quando coesiste con il desiderio, non cesserà con la soddisfazione d'esso. La fede nel Supremo inizia e si sviluppa.

12 . In questo modo la devozione cresce sino alla completezza nel corso del tempo. Attraverso una tale completa e suprema devozione si attraversa il ciclo della nascita e della morte allo stesso modo che attraverso la conoscenza.

Capitolo XVII. - Raggiungere la Saggezza

1 . Il 25 agosto, Vaidarbha, migliore tra i sapienti, inchinandosi umilmente interrogò ancora il saggio.

2 . La conoscenza sorge gradualmente un po' alla vota giorno per giorno, oppure brilla improvvisa in pienezza come il sole.

3 . La non conoscenza sorge gradualmente un po' alla vota giorno per giorno. Brilla istantanea con la maturazione della pratica.

4 . Signore durante la pratica quotidiana il pensiero "dell'io" è rivolto all'interno e a volte all'esterno. Si dice che è conoscenza l'introversione ed interiorizzazione del senso dell'io?

5 . Tu che sei colto sappi che, se la mente che si è assorbita all'interno si muove di nuovo all'esterno, si sta ancora praticando. La conoscenza è l'esperienza dell'immedesimazione.

6 . Migliore dei saggi coloro che sono eruditi nelle scritture dichiarano che ci sono diversi livelli di conoscenza. Come riconciliare questi concetti?

7 . Tutti i livelli di consapevolezza menzionati nelle scritture, proprio come differenze nella liberazione, appaiono solo nella mente degli altri, per il saggio la conoscenza è solo una.

8 . Osservando i movimenti del corpo e dei sensi, causati dal karma altrui, si immaginano differenze di livello. In essenza non ci sono gradi.

9 . Una volta che la conoscenza, che distrugge l'ignoranza, è raggiunta, potrà risorgere con la rinascita dell'attaccamento a causa dell'attaccamento?

10 . Una volta che la conoscenza che è il contrario dell'ignoranza è raggiunta non si perde più.

Capitolo XVIII. - La Gloria del Siddha

1 . Nato dalla grande linea dei Parasara, come figlio di un colto e puro Sundara, Ramana ha occhi amorevoli ampi come petali del loto, egli rende famosi gli dei della terra.

2 . Lui è l'immacolato Paramahansa che si manifesta nell'ashram di Arunachala. Benché sia sempre immerso nel Sé egli si esprime in attività che nascono dall'amore.

3 . Le sue parole dissolvono i dubbi di quelli che hanno preso rifugio in lui. E' come un domatore che ha messo sotto controllo l'elefante selvaggio e pazzo della mente illusa. E' sempre attivo per il bene degli altri, ma completamente indifferente ai bisogni del suo corpo.

4 . Il suo corpo brilla come un mango maturo. Maestro dei sensi è unito a Valli (la consorte di Subramenya) che è la Consapevolezza nella sua pienezza. Egli riassume in poche parole la sostanza delle scritture.

5 . Con i suoi raggi puri e luminosi egli illumina come il sole, e dissolve a tempo debito l'ignoranza dei suoi devoti. Egli è ricettacolo di tutti le illimitate qualità positive.

6 . E' delicato con le parole, e appare calmo e compassionevole nel suo viso, che è come un loto pienamente sbocciato; la sua mente è limpida e trasparente come la luna nella luce del giorno e brilla nel cuore come il sole nel cielo.

7 . Non è identificato con il corpo, strettamente disciplinato indifferente ai piaceri sensoriali, è un saggio senza rabbia o desiderio, ubriaco della gioia della consapevolezza.

8 . Libero dall'illusione dei sensi, dall'attaccamento, dalla concettualizzazione e dall'invidia, ed è sempre in stato di beatitudine. E' sempre attivo ad aiutare gli altri ad attraversare l'oceano del karma senza aspettarsi in cambio alcun beneficio.

9 . Quando Ganesh, seduto in grembo Parvati, disse la Madre è mia, Subramanya si sollevò dal grembo di Shiva dicendo: non importa è mio il Padre, e da lui fu baciato sulla testa. Di questo Subramanya, che calpestò la terra, Ramana è una manifestazione gloriosa.

10 . Egli è l'incarnazione mistica del mantra "Om Vachadbhuve namah" , mi inchino al fuoco di Brahman da cui emerge il mondo.

11 . Egli è uno Yoghi senza bastone e tuttavia è quello che regge il bastone. E' il timoniere per attraversare il mare delle sofferenze, e allo stesso tempo è il nemico del demone Taraka. Ha rinunciato al mondo ma costantemente offre la devozione a Shiva. E' nel mondo senza attaccamento alla mente.

12 . La sua stabilità è paragonabile a quella del Monte Meru. E' più imperscrutabile dell'oceano, più paziente di madre terra, esempio di autocontrollo libero del tutto dall'assenza di pace.

13 . La sua irradiante grazia è come la luna, amica del giglio blu, la sua luminosità è come il sole che illumina il loto, nel suo stato di Brahman fa pensare al padre Dakshinamurti, seduto sotto l'albero banyan che contempla in lui il più fermo giovane figlio.

14 . Anche ora Valli, consorte di Subramanya, bella nella mente e nell'apparenza, brilla nel loto dai mille petali del suo capo, nella forma di pensieri di buon auspicio, e liberi da desiderio. Benché sia un uomo di famiglia, è il re degli asceti.

15 . Benefico ai devoti, guru di maestri di mantra con il grande Ganapati, come l'albero del paradiso, egli dissolve le sofferenze di coloro che cercano la devozione ai suoi piedi.

16 . E' la reincarnazione di Kumarila Bhatta, maestro dei veda e autore del "Tantra Vartika" lodata dai conoscitori della verità brillante nell'ingegno delle idee. In questa nascita tuttavia ha espresso i suoi insegnamenti solo attraverso l'Advaita Vedanta.

17 . E' l'insegnante che ha composto l'essenza del Vedanta in "Arunachala Pancharatnam", breve come aforismi, ma comprendente tutto con il significato nascosto.

18 . Benché non istruito in sanscrito e senza studi di poesia, è autore di opere in cui brillanti idee si mostrano in ispirate espressioni.

19 . Questo individuo unico è un'altra manifestazione del Maestro - poeta, il ragazzo Tamil nato due volte, che fu allattato dalla Madre Divina e che immediatamente iniziò a cantare inni a lode di Shiva.

20 . Questa è la terza apparizione nel mondo del Signore che una volta risiedeva sulla collina Arunachala. La sua venuta ora è per dissipare l'oscurità della mera logica, essendo un esempio vivente di immedesimazione in Brahman.

21 . E' un grande poeta in Tamil, di un lignaggio adorato da Agastya e altri saggi. Senza un guru attraverso il suo affilato intelletto, egli è diventato intuitivamente consapevole dalla suprema luce eterna.

22 . Guarda tutto con la stessa equanimità, che sia un ragazzo o un pastore ignorante, una scimmia o un cane, un maestro o un devoto.

23 . Pieno di potere e tuttavia pieno di pace, pieno di devozione e tuttavia libero dal senso di differenziazione, libero da attaccamenti e tuttavia amante di tutta l'umanità, Dio manifesto e tuttavia di condotta umile.

24 . Egli lasciò la sua casa lasciando solo un messaggio: "questo se ne va alla presenza del Padre, non fatemi cercare" e si recò ad Arunachala.

25 . Oh signore così felicemente avvolto dal potere di queste qualità di buon auspicio, come Amritatnatha il rinunciante che umilmente cercava la gloria senza limiti delle persone realizzate.

26 . Il signore che è sempre immerso nel Sé così rispose: la gloria degli esseri realizzati è oltre l'immaginabile. Sono come Shiva, sono come le stesse forme di Shiva che possono offrire il bene.

\* \* \*

L'articolo è stato tratto dal sito dell' A. R. A. T. - Associazione Rebirthing ad Approccio Transpersonale.

Da: <http://www.ramana-maharshi.it/ASSOCIAZIONI/AIRM/testi/testo2.html>