

ANANDAMAYI MA

Aikojemme ihme

Anandamayi Ma on monien mielestä yksi 1900-luvun suurimmista valaisijoista. Hänen ylentävä vaikutuksensa levisi monien sukupolvien aikana ja miljoonat ihmiset tulivat hänen darshaaniinsa. Kaikki suuret, modernin Intia poliittiset henkilöt hakivat hänen siunaustaan ja tavallisen kansan keskuudessa hänelle osoitettiin kunnioitusta, kansan, jonka koko kirjo koostui yhteiskunnan yksinkertaisista kyläläisistä tunnettuihin pyhimyksiin ja uskonnollisiin johtajiin. Vaikka hänelle oli annettu syntymässä nimi "Nirmala Sundari", hänet tunnettiin läpi Intian ja ulkomailla nimellä Anandamayi Ma, "autuudella-täytetty Äiti" - ja hänen palvojansa puhuttelivat häntä yksinkertaisesti nimellä Ma, "Äiti".

Mutta kuka oli tämä merkittävä henkilö, joka maailman mittapuun mukaan oli yksinkertainen, kouluttamaton bengalilainen leski? Monet ihmiset tuntevat Ma'n eri lähteiden perusteella, joista tärkein on Joogin hengellinen klassinen omaelämäkerta, jonka koosti Paramahansa Yogananda, mutta vain harvat tuntevat koko hänen elämänsä ja sen innoittavia yksityiskohtia. Hänen läsnäolonsa ihmiskunnan keskellä on ihme ja innoittava ihme, jota tulisi todistaa sukupolvelta toiselle. Hänen maineensa ja vaikutusvaltansa kasvavat jatkuvasti kun ihmiset kokevat, että häneen voi vielä ottaa yhteyttä vilpittömyydellä, antaumuksella ja rukouksella.

Ma'lta kysyttiin usein olennainen kysymys: "Kuka te olette?". Hän vastasi eri tavoin riippuen kysyjän kyvykkyydestä ja totesi useimmiten vain: "Minä olen teidän pikku tyttönne." Hän saattoi useasti sanoa: "Minä olen se, mitä luulet minun olevan," jättäen määritelmälle äärettömästi mahdollisuuksia. Mutta tärkein itsensä paljastus tapahtui henkilökohtaiselle opetuslapselle Bengalissa. Ma totesi, "Tämä keho on kaikkien todellisten hengellisten tavoittelijoiden puhtaiden tavoitteiden *vyakta roop* (ilmennyt muoto)." Tästä määritelmästä näemme, että hänen ilmentymänsä oli Jumalallinen vastaus koko ihmiskunnan totuuden kaipuuseen. Ma kuuluu sen kautta kaikille, jotka etsivät korkeampaa elämää. Läpi koko elämänsä hän totesi, että hänen kehonsa ei ollut karman (aikaisemman toiminnan) seurausta, kuten on meidän. Niinpä hän oli vapaa Olento, jota johti vain Jumalainen Tahto ja ihmiskunnan hengellinen tarve, mikä antaa koko hänen elämänsä toiminnalle suuren arvon.

Ma syntyi vuonna 1896 Bengalissa alueella, joka nyt on nimeltään Bangladesh. Kautta historian monet suuret mestarit ovat saavuttaneet hengellisen Oivalluksen pitkän ja karun katumuksen ja meditaation jälkeen, mutta me huomaamme Anandamayi Ma'n elämässä ennennäkemättömän ilmiön. Ma painotti toistuvasti, että hänen tietoisuutensa oli muuttumaton syntymästä saakka eikä koskaan ollut hetkeä tai tapahtumaa hänen elämässään, jolloin hän sai Itseoivalluksen; se oli aina hänen luonnollinen tilansa. Sukulaiset ovat kertoneet, että syntymässä Ma ei itkenyt yhtään, vaan makasi rauhallisesti säteilevin kasvoin, tarkkailemalla hiljaa kaikkia hänen ympärillään. Muutaman kuukauden kuluttua, kun hän alkoi puhua, hän mainitsi nimeltä kaikki sukulaiset, jotka olivat olleet läsnä hänen syntymässään.

Ennen kuin oli saanut mitään käsitystä tyttärensä luonteesta, hänen äitinsä löysi eräänä päivänä silmiinpistävän näköisen pyhän miehen, jolla oli pitkät takkuiset kutrit ja loistavat kasvot ja joka seiso i kunnioittavasti lapsen pinnasängyn edessä. Tämä kumartui maahan ja kosketti vauvan jalkoja ja puhutteli sitten äitiä seuraavin sanoin, "Tämä ei ole tavallinen lapsi eikä hän rajoitu tavallisen elämän piiriin. Tämä ei ole mikään muu kuin Maailman Äiti!" Sitten hän kääntyi ja lähti talosta ja kun äiti katseli ulos ovesta, häntä ei näkynyt missään.

Läpi koko lapsuutensa ja nuoruutensa Ma ilmaisi joogisia transsitiloja, joita kutsutaan *samadhiksi*. Joskus leikkiessään ystäviensä kanssa, hän saattoi yhtäkkiä kivettyä ja hänen kasvonsa alkoivat säteillä valoa, kun jumalalliset mantrat virtasivat ulos hänen huuliltaan virheettömällä sanskritin kielellä.

Oli kaksi suurta ominaisuutta, jotka ilmenivät Ma'n syntymästä lähtien ja jotka hallitsivat

koko hänen elämäänsä. Ensimmäinen oli hänen Jumalallinen vetovoimansa. Lapsuudestaan lähtien hän valloitti kaikkien sydämet, jotka katselivat häntä ja hänen naapurinsa ryntäsivät hänen kotiinsa nähdäkseen hänet ja leikkiäkseen säteilevän ja iloisen lapsen kanssa. Kun hänestä kasvoi nuori tyttö, kyläläiset kutsuivat häntä nimellä "*Ranga Didi*" (kaunis sisko) ja selittivät miten hänen läsnäolonsa valaisi koko alueen, kun hän saapui. He jopa huomauttivat, että kun hän käveli yöllä ilman valoa, hempeä säteily ympäröi häntä. Tämä jatkui läpi koko hänen elämänsä, kun Ma'n yksinkertainen olemus hurmasi, veti puoleensa ja muutti kaikkien mielet minne hyvänsä hän matkusti. Jopa elämänsä loppuun asti Ma'n saapuminen kaikkialla toi iloa ja hänen kuolemansa toi nyyhkeen ja kaipuu kaikille, jotka olivat olleet hänen kanssaan. Näin ilman saarnoja tai kehotuksia, vaan vain läsnäolonsa suloisuudella, hän alkoi vapauttaa ihmisiä maailmallisuuden siteistä ja täytti heidät Jumalallisen Läsnäolon itseään toteuttavan ilon kaipuulla, jonka hän usein sanoi olevan itsessään polku Jumalalliseen.

Toinen piirre oli hänen täydellinen välinpitämättömyytensä. Jos hänet jätettiin yksin, hän lepäsi autuaana oman Itsensä sisällä täysin tyytyväisenä. Varhaislapsuudestaan lähtien hänen jokainen liikkeensä ja motivaationsa sai alkunsa muiden tarpeista ja puutteista. Nuoruudessa tämä ilmeni väsymättömänä henkenä palvella kaikkia ja myöhemminä vuosina Ma'n koko matkustussuunnitelma oli vain vastausta häntä kaipaavien palvojien sydänten kutsuun. Niin monet palvojien tarinat kertovat siitä, miten Ma äkillisesti ilmestyi suunnittelemattomasti heidän keskelleen täyttääkseen heidän syvän toiveensa tai antaakseen *darshanin* heidän elämänsä ratkaisevalla hetkellä tai välittömästi ennen kuolemaa. Ma totesi myöhemmin, "Kaikki, mitä tämä keho tekee, on vain teille kaikille."

Ma meni nuorena naimisiin häntä vanhemman miehen kanssa, jolle hän myöhemmin antoi nimen Bholanath. Mies kunnioitti häntä jumalallisena lapsena ja tunsii olevansa hänen huoltajansa eikä koskaan lähestynyt häntä avioliiton täyttymyksen tähden. Myöhemmin miehestä tuli hänen opetuslapsensa ja hän kunnioitti tätä Gurunaan. Ma'n ohjauksessa hän saavutti ylevän hengellisen tilan ja hänestä tuli niiden palvojien rakastava isä, jotka ryntäsivät Ma'n luo.

Vuodesta 1918 alkaen Ma astui elämässään syvälliseen jaksoon. Oman kuvauksensa mukaan hän itse hieman verhosi Jumalallisen Todellisuuden täydellistä näkyä, josta hän oli syntymästään saakka nauttinut vain nähdäkseen, miten tämä peittävä verho voitaisiin lävistää. Näin alkoi hengellisen kurinalaisuuden leikki, joka jatkui kuusi täyttä ja intensiivistä vuotta. Tänä aikana jokaisen hengellisen harjoitus, joka koskaan oli paljastettu ihmiskunnalle, ilmeni spontaanisti ja vaivattomasti hänen kehossaan ja leikki itsensä ulos lopulliseen tavoitteeseensa. Vaativat joogat, joiden hallinta kesti kokelailla ikuisuuksia, tunkeutuivat hänen lävitseen minuuteissa tuoden täyden valaistuksen. Hänen kehonsa omaksui spontaanisti vaikeita jooga-asentoja; joogiset hengitysharjoitukset ja liikkeet tulivat ja menivät luonnollisesti; Jumaluudet ja mantrat paljastivat hänen sisällään hengellisiä näkyjä. Hänen miehensä tarkkaili tätä öistä ilmiötä huolestuneena ja pelästyneenä. Hän kuunteli sekä manaajia että pyhimyksiä, mutta hänelle kerrottiin, että tähän ei saa puuttua. Ma ei tehnyt mitään harjoituksia harkitusti, vaan kaikki ilmeni spontaanisti. Koska Ma'lla ei ollut mitään hyötyä itselleen, hän myöhemmin kertoi, että kaikki, mitä tapahtui, oli meille kaikille.

Myöhemminä vuosina, kun ihmisiä jokaiselta polulta ja perinteeltä tuli Ma'n luo kysymään neuvoa, hän pystyi heti antamaan täydellisen suunnan, koska kaikki henkiset harjoitukset olivat sulautuneet hänen kehoonsa, näin tehden hänestä jokaisen Suojelijan, joka harjoittaa henkistä kuria.

Vuonna 1924 Ma alkoi spontaanisti vetää puoleensa palvojia, kun hän ja Bholanath asuivat puistoalueella lähellä Daccaa, Itä-Bengalissa. Ihmiset eri elämäniloilta ympäröivät Ma'n ja pienestä puutarhasta tuli hengellisen ilon paikka, joka oli täynnä *kirtania* (antaumuksellista laulua), meditaatiota ja alati iloisen Anandamayi Ma'n läsnäoloa. Tänä aikana, *kirtan* laulamisen aikana, Ma ilmensi spontaanisti jumalallista tilaa, joka tunnetaan *mahabhavana*, jossa niiden Jumalan Nimien voima, joita lauletaan, otti kokonaan haltuunsa hänen kehonsa. Seisoen vain ukkovarpaidensa kärjillä, kädet ylöspäin kohotettuina, hänen kehonsa leijui ja keinui sulavasti rumpujen ja musiikin poljennon mukaan, pyörähti sitten yhtäkkiä lattian poikki valkoisen liikkeen sumeudessa (in blur of white motion), sitten, jälleen kerran, vain nostettuna ilmaan. Kaikki, jotka todistivat tätä epätavallista näkyä,

siirtyivät sydäntensä syvyyksiin sen kauneuden ja voiman vuoksi ja tunsivat Jumalan dynaaminen voiman hänen läsnäolossaan. Kun *kirtan* päättyi, hän vajosi lattialle syvän *samadhin* tilassa ja mantarat, jotka muistuttivat Vedasta, virtasivat ulos hänen suustaan nopeassa tahdissa täydellisesti lausuttuna. Mutta pian tämän jälkeen Ma oli kaikkien keskellä, puhuen ja nauraen, valmistaen ruokaa ja tarjoten sitä kaikille.

Vietettyään kahdeksan vuotta Bengalissa palvojiensa seurassa, Ma lähti seuranaan vain Bholanath ja yksi muu opetuslapsi ja seuraavat viisikymmentä vuotta hän vaelteli pitkin ja poikin Intiaa, pysähtymättä koskaan yhteen paikkaan enempää kuin muutamaksi päiväksi tai viikoksi. Häntä vetivät vain kärsivän ihmiskunnan tarpeet ja kutsu.

Läpi koko Ma'n elämän kirjataan lukemattomia ihmeitä, koska rajalinja luonnollisen ja yli-luonnollisen välillä tuntui yksinkertaisesti katoavan hänen armonsa vuodatuksen luonnollisen spontaniuden vuoksi. Mutta suurin ihme oli muutos ihmisten elämässä ja mielissä. Ihmiset huomasivat, että heidän elämänsä ei ollut erillään Ma'sta ja hän opasti heitä ongelmissa ylevimmästä kaikkein vähäpätöisimpään.

Mikä veti kaikkia tätä Anandamayi Ma'n säteilevää persoonallisuutta kohti? Ihmiset löysivät tästä herkstä naisesta kaiken omien äitiensä rakkauden ja suloisuuden, johon yhdistyi Universumin Jumalaisen Äidin voima ja auktoriteetti.

Tulin tapaamaan Ma'ta hänen viimeisinä elinvuosinaan, kun olin lukenut hänestä asuessani Amerikassa. Olin vasta yhdeksäntoistavuotias, mutta tulin Intiaan nimenomaan tapaamaan häntä. Täynnä odotuksia tulin hänen ashramiinsa Vrindavanissa, Pohjois-Intiassa. Olin useiden muiden länsimaisten palvojien seurassa ja meidät opastettiin Ma'n yksityiseen huoneeseen ashramin takana ja meille kerrottiin, että Ma oli maannut koko aamun huoneessaan sisäänpäin kääntyneessä *samadhin* tilassa, mutta että he ilmoittaisivat hänelle, että me olimme saapuneet. Muutaman minuutin kulltua Ma tuli ulos ja istuutui edessämme olevalle pienelle korokkeelle. Kuten aina kuvailtiin, hän pukeutui täysin tahrattoman valkoiseen, hänen pitkät mustat hiuksensa laskeutuivat vapaasti hänen hartioilleen. Vähään aikaan hän ei puhunut, vaan katsoi jokaista meistä syvälle silmiin. Kun hänen katseensa kohtasi omani, olin kuin minut olisi ravisteltu hereille unesta ja tajusin, että ensimmäistä kertaa elämässäni joku todella katsoi MINUA, todellista minua. Ma katsoi kehon, mielen ja persoonallisuuden ohi ja katsoi ja kosketti olemukseni syvintä sisäistä ydintä. Ensimmäistä kertaa minä todella koin kuolemattoman tietoisuuteni, koska tämä oli se, mitä Ma suoraan havaitsi minussa. Tajusin, ettei mikään kokemus, mitä maailma voisi tarjota, voisi toistaa niitä tunteita, joita koin sillä hetkellä, kun ne olivat täysin ainutlaatuisia. Kaikkein liikuttavin vaikutelma, joka tuli tästä ensimmäisestä tapaamisesta ja jokaisen *darshanin* jälkeen, oli outo tuttuuden tunne. Tapasin Ma'n ensimmäistä kertaa, mutta jotenkin minusta tuntui, että hän oli niin hyvin tuttu minulle, niin kuin olisin tuntenut hänet ikuisesti. Tiesin koko sielullani, että Ma tunsu ja tunnisti myös minut ikuisuudesta.

Ma totesi usein, ettei kukaan ollut hänelle uusi, vaan kaikki olivat tuttuja. Kaikki, jotka tapasivat Ma'n, kokivat tämän syvän ja tyydyttävän sielun tunnustamisen. Kerran kun avustaja tuli Ma'n luo ja kertoi hänelle, että jotkut ihmiset olivat tulleet hänen *darshaniinsa*, hän vastasi: "He ovat tulleet oman Itsensä *darshaniin*." Tämä hengellinen tosiseikka voitiin ymmärtää vain Ma'n läheisyydessä. Tuntui, että Ma oli heidän itsensä Itse, jonnekin syvälle heihin sisäisesti liittyneenä ikuisesti, huolimatta kaikesta etäisyydestä, joka tuli heidän väliinsä materiaalisella tasolla.

Ensimmäisen Ma'n *darshanini* jälkeen liityin valloitetujen joukkoon ja saatoin joskus odottaa tunteja ashramissa vain ollakseni Ma'n kanssa. Ma oli aina valmis vastaamaan kysymyksiin ja antamaan kaikkia ohjeita, mitä tarvittiin ja jokainen keskustelu oli ilon ja autuuden tapahtuma. Pie-nin syrjäsilmäys Ma'n silmistä täytti mielen ja sydämen hunajan suloisuudella. Joka ilta, kun istuimme Ma'n edessä ja lauloimme *kirtania*, me saatoimme kaikki ihmetellä olimmeko vielä tässä maailmassa vai olimmeko astuneet taivaallisiin valtakuntiin.

Ma ei käynnistänyt uutta lahkoa eikä tuonut mitään uutta hätkähdyttävää opetusta. Hän korosti perinteistä ja muinaista tapaa ja antoi uutta vaikutusmahdollisuutta ja merkitystä menneisyyden kokeiltuihin ja todellisiin opetuksiin. Jokainen opetus, jonka hän antoi, oli todistettu täydelli-

seksi hänen omassa elämässään. Hänen sanansa ovat täynnä käytännöllisiä, asiallisia neuvoja, jotta voimme nostaa mielen Jumalaan ja löytää oman luontomme totuuden.

Ma vieraili Ramanasramamissa Etelä-Intian kiertueensa aikana vain noin vuoden kuluttua Bhagavanin *mahasamadhist*a. Kaikki, jotka tapasivat hänet, tunsivat hänen läsnä ollessaan saman ajattoman hengellisyyden dynaamisen voiman, jonka he olivat tunteneet Bhagavan Ramanassa. Tuolloin uuden suuren Samadhi-Hallin perustaa katettiin hänen toimestaan ja Ma levitti kukkia alustan päälle siunaukseksi. Kaikki Ma'n seuralaiset kommentoivat sen läheisyyden syvyyttä, jonka he tunsivat Sri Ramana Maharshin opetuslapsiin ja kannattajiin.

Vaikka Ma jätti kuolevaisen muotonsa vuonna 1982, hänen läsnäolonsa maailmassa ja hänen kanssakäymisensä kärsivän ihmiskunnan kanssa, jolle hän antoi elämänsä, ei ole vähentynyt vaan lisääntynyt. Olen tavannut jatkuvasti ihmisiä, jotka eivät koskaan tavanneet Ma'ta kehossa, mutta joilla on syvä ja henkilökohtainen suhde häneen ja aito ja varma opastus ja inspiraatio häneltä heidän jokapäiväisessä elämässään. Ma näyttäytyy monta kertaa ihmisille unissa ja näyissä antaen neuvon ja joskus jopa *mantra dikshan* (alullepanon).

Anandamayi Ma on elävä kosketuskohta Jumalan Ikuiseen Olemassaoloon. Kääntämällä mielemme ja sydämemme kohti häntä, voimme saada siunausten äärettömän virtauksen elämäämme, ja tutkimalla ja elämällä hänen opetuksensa, elämämme voi tulla täyttymykseen. Jai Ma!

Opetukset

Kun pyritään kuvaamaan Sri Anandamayi Ma'n opetusta, ihmisen on lopulta kohdattava sama ongelma kuin kun esitellään Sri Ramana Maharshin opetusta. Näiden kahden samankaltaisuus on ilmeinen, sillä ne molemmat nostavat eteemme Itsetiedon polun, joka oli yliverlainen ja läsnä oleva. Niinpä totuuden mukaisesti voidaan sanoa että, kuten Bhagavan, Ma oli "kaikkea kaikille ihmisille."

Selvä esimerkki heidän opetustensa samankaltaisuudesta nähdään Ma'n vastauksesta palvojan kysymykseen:

Kysymys: Mitä Mataji pitää kaikkein oleellisimpana asiana elämässä?

Ma: Yrittää selvittää "Kuka minä olen?" - etsiä Jumalaa. Mutta ennen kaikkea täytyy alkaa tuntea halua tuntea itsensä. Kun joku löytää oman Itsensä, hän on löytänyt Jumalan; ja löytämällä Jumalan hän on löytänyt oman Itsensä - Ainoan Atmanin.¹

Sri Anandamayi Ma ei koskaan kirjoittanut kirjoja tai antanut muodollisia luentoja, mutta Hän vastasi aina auliisti kysymyksiin joko julkisissa *satsangoissa* tai yksityisissä keskusteluissa. Hänen sanojensa suurimpia syvyyksiä ei voida mitata, ja kun Hän puhui korkeimmasta mahdollisesta näkökulmasta, Hänen ilmauksensa ovat niin yleismaailmallisia, että kaikki opit ja uskonnot voivat löytää turvapaikan Ma'n näkemyksessä. Ma sanoi kerran, "Millä tahansa Polulla joku lähestyy jumalallista, tämä pieni tyttö toivottaa hänet sydämellisesti tervetulleeksi!"²

Kaikki polut olivat Ma'n polkua, kaikki mahdolliset tunnetut *sadhanat* ja joogat olivat spontaanisti paljastaneet itsensä ja leikkineet Ma'n henkilössä, tehden Hänestä kaikkien hengellisten Perinteiden ja tekniikoiden varaston. Ma opasti jokaista henkilöä yksilöllisesti heidän erityistarpeidensa mukaan.

Monet sanoivat, että Ma ei ollut Guru, sillä, kuten Bhagavan, hän ei avoimesti antanut juhlaista initiaatiota tai neuvonut *sadhanaa* tietyille henkilöille - pitäen kaikkia Yhtenä. Mutta hänen säihkyvä "ilon läpäisemä" läsnäolonsa jätti varjoonsa jopa tällaisen lähtökohdan vankkumattoman puolestapuhujan vakaumuksen. Tallentaessaan Bhagavanilta saman mielipiteen, Arthur Osborne sanoi kerran:

1 Kedarnath Swami, *An Introduction to Sri Anandamayi Ma's Philosophy of Absolute Cognition*, Om Ma Sri Sri Mata Anandamayi Peeth Trust 2010, p.78.

2 Ellei toisin mainita, kaikki myöhemmät lainaukset Sri Anandamayi Ma'lta on poimittu joko *Matri Vanista* (Ma'n Sanat kääntänyt Atmananda), tai *Sad Vanista* (Ma'n Sanat koonnut Bhajji).

"Se harhaanjohtava teoria, että Bhagavan ei ollut Guru, oli yksinkertaisesti haihtunut hänen Armonsa säteilyssä. Lisäksi, olen nyt havainnut että, hänen opetuksensa ei ole kaukana käytännön ohjeista, se oli yksinomaan sitä. Huomasin, että hän karttoi teoreettisia selityksiä ja käänsi kysyjän jatkuvasti kohti *sadhanan*, seurattavan polun, käytännöllisiä näkökohtia. Se oli sitä ja vain sitä, mitä hän oli täällä opettamassa!"³

Jos Ma'lta koottuja sanomisia tutkitaan huolellisesti, havaitaan, että on olemassa toistuvia teemoja, joita ilmenee ja joitakin yhteisiä neuvoja, joita Ma tarjoaa kaikille. Hän kertoi toistuvasti, että ihmisen olemassaolon ainut tarkoitus oli etsiä Totuutta ja Sen saavuttamista:

"Tämä keho sanoo aina ja jatkuvasti, että ihmisen velvollisuus ihmisenä on löytää Jumala, tuntea Itse. Totuuden etsintä on ihmisen ainut keino ylimmän rauhan saavuttamiseksi."

Bhagavan Ramana toisti tämän saman totuuden julistaen: "Jos Itse tunnetaan, kaikki muut tulevat tunnetuiksi. Siksi Itseoivallus on jokaisen ihmisen ensisijainen ja ainut velvollisuus."⁴

Ma ilmaisee sen jopa paljon kiivaammin: "Jos siitä huolimatta, että on saanut tämän suuren tilaisuuden, joku ei anna aikaansa Rakkaansa mietiskelyyn, hänen tulisi kysyä itseltään: 'Mitä olen tekemässä?' Todellisuuden mietiskelyn laiminlyönti tarkoittaa kuoleman tien valitsemista."

Useimmiten Ma suositteli jumalallisten nimien toistamista tehokkaana keinona Jumalan oivaltamiseksi. Hän puhui usein suuresta tehokkaasta jumalallisesta voimasta, joka sisältyy kaikkiin paljastettuihin nimiin ja mantroiin.

"Kuuntele! Älä anna aikasi mennä hukkaan. Pidä rukousnauhaa mukanasi ja tee japaa; tai jos tämä ei sovi sinulle, jatka ainakin Herran nimen toistamista säännöllisesti ja keskeytyksettä kuten kellon tikitystä. Tähän ei ole olemassa sääntöjä tai rajoituksia. Vetoa Häneen Nimellä, joka miellyttää sinua eniten, niin pitkän aikaa kuin voit - mitä pidempään sen parempi. Vaikka väsyvät tai menetät kiinnostuksesi, annostele itsellesi Nimeä kuin lääkettä, jota on otettava. Näin voit jollain otollisella hetkellä löytää mielen rukousnauhan ja sinä tulet jatkuvasti kuulemaan itsessäsi suuren Mes-tarin, Luomakunnan Herran, ylistystä kuten silmäkantamattoman meren lakkaamatonta musiikkia; Kuulet maan ja meren, ilman ja taivaiden kaikuvan Hänen ylistyksensä laulua. Tätä kutsutaan Hänen Nimensä kaiken läpäiseväksi Läsnaoloksi."

Vaikka Bhagavan painotti pääasiassa Itsen luonteen tutkimista, hän ei koskaan pienentänyt japan tehoa keinona oivaltaa Advaitinen Totuus. Hän teki selväksi heille, joiden luonne oli omiaan tähän *sadhanaan*, "harjoita japaa", kuten esitetään alla:

K.: Voiko advaitan oivaltaa pyhien nimien japalla; sanomalla Rama, Krishna, jne.?

M.: Kyllä.

D.: Eikö se ole muita huonompi keino?

M.: Onko sinua pyydetty tekemään japaa vai keskustelemaan sen järjestyksestä asioiden rakenteessa?

Hiljaisuus.⁵

Ma heijasti usein Advisen totuuden ydintä, että koko maailma on Yhden ylläpitämä: "Herran nimen toistamista tulisi pitää yllä aina. Nimen harjoittamisesta seuraa nautinto, vapautuminen, rauha - kaikki tämä puhkeaa kukkaan. Lujalla uskolla, ehdottomalla (sokealla) luottamuksella ja kiintymyksellä, heitä ylpeys menemään, tartu kiinni Nimeen ja näet, että kaikki työsi tapahtuu ikään kuin itsestään. Sinun taakkasi, maailman taakan kantaa alati Yksi, joka ylläpitää maailmankaikkeutta. Muista tämä!"

Yhteinen väärinkäsitys, joka koskee Sri Ramana Maharshin opetuksia, on usko siihen, ettei hän koskaan neuvonut opetuslapsiaan ottamaan harjoitusta, johon liittyi mantra japa (Jumalan Nimen jatkuva toistaminen, joka muodostuu äänestä, joka puolestaan koostuu useita eri ääniä sisältävästä kaavasta). Totuus on, että tällaisia neuvoja annettiin, vaikkakin harvoin, ja annettiin jopa joillekin, jotka kuuluivat läheisimpään seuraan. Yksi Bhagavanin läheisimmistä opetuslapsista kirjaa

3 Osborne, Arthur, *My Life and Quest*, 2001, pp. 91-2.

4 Venkataramiah, M. (toim.), *Talks Sri Ramana Maharshi* (Keskustelut), 2006, luku 379, s. 359.

5 Venkataramiah, M. (toim.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* (Keskustelut), 1996, luku 55, s. 60.

muistelmissaan tällainen tapahtuman:

"Vaikka Bhagavan harvoin jakoi mantroja, kun hän teki, hän yleensä suositteli "Siva, Siva". Muruganar itse sai tämän mantran Bhagavanilta, samoin kuin useat muut oppilaat kuten Annamalai Swami, Ranganin (joka oli yksi Bhagavanin lapsuudenystävistä) veli, ja tuntematon harijan."⁶

Muruganar jatkaa, pannen erityistä huomiota Bhagavanin opetuksille, jotka koskevat mantrojen käyttöä:

"Armollisesti Padam (Muruganarin lisänimi Bhagavanille) varmistaa, ettei koskaan aiheudu mitään vaaraa heille, jotka sydämissään pysyen meditoivat '*Sivaya Nama*'.⁷

Myös Ma puhui usein hengityksen salaperäisistä ominaisuuksista ja sen yhteydestä mieleen, ja mietiskelyn tehokkuudesta ja japan suorittamisesta sopusoinnussa hengityksen kanssa.

"Maallisesta näkökulmastamme me havaitsemme kaikkiällä eläviä tai elottomia asioita; mutta todellisuudessa Hän, joka on Totuus, Hän, joka on tietoisuus, täyttää ne kaikki. Heti, kun mieli ymmärtää Hänen läsnä olevuutensa tosiasian, Hänestä tulee aktiivinen ja elinvoimainen meissä, aluksi hengityselimen kautta, joka on osoitus elinvoimasta (*pranasta*). Ole aina tietoinen seuraavasta: se, mitä kutsutaan elämän hengitykseksi, on oikeasti universaalin, kaiken läpäisevän voiman muoto, joka toimii jatkuvasti. Se on todellakin yksi Hänen muodoistaan; Hän, joka on Totuus-Tietoisuus, paljastaa itsensä tässä tilassa. Jos Gurulta saadun mantran avulla voimme pysyä keskittyneinä hengitykseen tai jos me, jopa ilman mantraa, yksinkertaisesti pidämme silmällä hengityksen liikettä, tämä auttaa tasapainottamaan mieltä ja on myös apuna meidän etsiessämme Häntä, joka on elämämme Elämä, joka on Kokonaisuus, Ikuinen."

"Hengitystoiminnan kautta Tietoisuus täyttää aineen. Kaikki, mikä on elossa, hengittää. Kun hengitys pysähtyy, sinä kuolet. Fyysinen elämä riippuu hengityksestä. *Pranan* kautta materiasta tulee elävää. Halut ja vaelteleva mieli tekevät hengityksestä epäpuhtaan. Siksi ehdotan hengitykseen keskittymisen harjoitusta yhdistettynä yhteen Jumalan nimistä. Jos hengitys ja mieli tulevat yhdeksi - teräväksi ja vakaaksi, silloin mieli laajenee äärettömyyteen ja kaikki ilmiöt sisältyvät tähän yhteen kokonaan - kaiken kattavaan pisteeseen. Jos ajattelet Jumalaa yhdistettynä hengitykseen, se puhdistaa *pranan*, fyysisen tupen ja mielen. Jos hengität samalla kun ajattelet Jumalan nimeä, tunnet Hänen armonsa kutsun."

Bhagavan julisti hengityksen tarkkailun tehoa (joskus se käännetään virheellisesti hengityksen hallinnaksi) suorana keinona kontrolloida ja vakauttaa mieltä. Yksi sellainen tapaus huomataan, kun palvoja kysyy tämän kysymyksen:

"Kuinka hengityksen hallinta on keino mielenhallintaan?"

Bhagavan vastasi: "Siitä ei ole epäilystäkään, etteikö hengityksen hallinta ole keino mielenhallintaan, koska mieli, kuten hengitys, on osa ilmaa, koska liikkuvuus on yhteistä molemmille, koska molempien alkulähde on sama ja koska kun toinen niistä hallitaan, myös toinen tulee hallintaan."⁸

Ma Anandamayi paljasti, että yksi keino saavuttaa Itsen valaisevaa tietoa tapahtuu elämän hengityksen syvällisen tietämyksen kautta. Niinpä hän on sanonut:

"Itse tai Jumala on tavallisille älykkyydelle tuntematon, mutta Hän ei ole meille vieras elämän hengityksenä. Jos joku käyttää oman hengityksensä rytmiä meditaation tukena, tämä lisää hänen voimaansa. Siksi, hänen pitäisi päivittäin istuutua meditatiivinen asentoon yksinäiseen paikkaan ja kääntää mieli sisäänpäin ja toistaa mantraa oman hengityksensä tahdissa, pinnistämättä, luonnollisella tavalla. Kun, pitkitetyn harjoituksen kautta, Nimi yhdistetään erottamattomasti hengitykseen ja keho on täysin liikkumaton; hän tulee ymmärtämään, että yksilö on osa Ainutta Suurelämää, joka leviää Maailmankaikkeuteen."

Bhagavanin opetus, joka koskee hengityksen hallintaa, esitetään selvästi Sri Ramana Gitan luvussa kuusi:

6 Muruganar, *Padamalai, Teachings of Sri Ramana Maharshi*, Avadhuta Foundation, 2004, s. 224-5.

7 Kuten edellä. s. 224-5.

8 *Self-Enquiry (Vichara Sangraham) of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, käänt. Dr. T.M.P. Mahadevan, 2005, s. 18.

"Ihmisen tulisi valvoa oikullista mieltä hallitsemalla hengitystä ja silloin se, kuten liekaan pantu eläin, lakkaa harhailemasta."

"Kun hengitystä hallitaan, saavutetaan myös ajatusten hallinta. Kun ajatukset hallitaan, hallitsija on saanut lujan jalansijan niiden lähteellä."

"Hengityksen hallinta tarkoittaa vain sitä, että mielellä tarkkaillaan hengityksen virtausta. Tällaisella jatkuva tarkkailulla *kumbhaka* tulee esiin."⁹

Mutta kaikkein pysyvin teema, jota voidaan pitää Ma'n jatkuvana sanomana, oli toistuva ilmoitus, että kaikki on Jumalallista ilmentymää. Kaikki, mitä me koemme, näemme tai kuulemme, on vain Jumalaa Hänen ilmenneissä muodoissaan.

"Herran Universaali Keho sisältää kaiken - puut, kukat, lehdet, mäet, vuoret, joet, valtameret jne. Tulee aika, on tultava, jolloin ihminen todella kokee tämän Herran kaiken läpäisevän Universaalien Muodon. Hänen muotojensa ja asujensa vaihtelu on ääretöntä, lukematonta, loputonta. Aivan kuten jää ei ole muuta kuin vettä, niin Rakastettu on vailla muotoa, ilman laatua, eikä kysymystä ilmentymästä synny. Kun tämä oivalletaan, ihminen on oivaltanut oman Itsen. Sillä, löytää Rakastettu on löytää Itseänsä, huomata, että Jumala on ikiomani, täysin yhtä itseni kanssa, sisin Itseni, Itseni Itse."

"Kaikissa muodoissa, kaikissa moninaisuuksissa ja eroavaisuuksissa on vain Hän. Esiintymisten ja ilmenemisten ilmenemismuodoiksi tulemisen ääretön vaihtelu, ja olemisen tilat, lajit ja tyypit, kaikki lukemattomat erot samoin kuin kaikki henkilöllisyydet ovat pelkkää Häntä Itseen. Kaikki asiat ovat pelkkää ilmausta, Hänen varjoaan."

Ymmärtämällä kaikkien termien samaa merkitsevän luonteen, saadaan kosketus Jumalalliseen; kutsutaanpa niitä Jumalan, Yhden, Totuuden tai Itsen ilmentymiksi, huomaamme Bhagavanin korostavan, että kaikkien ihmisten yhteys kaikkeen toimintaan ja moninaisuuteen ja erilaisuuteen on vain osa tätä Jumaluutta:

"Ainut todellisuus on Itse, josta ego ilmestyy ja kulkee ajatusten kautta, jotka ilmentävät itseään maailmankaikkeutena ja jossa äidit ja isät, ystävät ja sukulaiset ilmestyvät ja katoavat. He eivät ole mitään muuta kuin Itsen ilmentymiä niin, että omat vanhemmat eivät ole Itsen ulkopuolella. Joten ei ole mitään syytä murheeseen. Opi se, oivalla se ja ole onnellinen."¹⁰

On viisi sanontaa, joita Ma toisti niin usein, että niitä voidaan pitää Hänen "*Mahavakyoinaan*" eli Suurina Sanontoinaan:

- On vain yksi Brahmanin ilman toista.
- Jumalallinen sisältää kaiken jättämättä mitään ulkopuolelle.
- Löytää oma Itsensä on löytää Jumala ja löytää Jumala on löytää oma Itsensä.
- Kaikki on Herraa.
- Herran voit luonnehtia haluamallasi tavalla: Kaikki on Häntä.

Tosin Ma antoi usein myös neuvon tutkia "minän" luonnetta juuri kuten Bhagavan Ramana teki:

"'Kuka minä olen?'. Heti kun istut alas ja alat miettiä vakavasti tätä kysymystä, tulet pian huomaamaan, että kaikesta kirjasta opitusta, jota olet ahtanut aivoihisi ja kaikesta käytännön kokeemuksesta, jota olet saanut aktiivisessa elämässäsi, ei ole pienintäkään apua ratkaisemaan tätä kysymystä. Aina kun mieli alkaa vaellella, se täytyy päättäväisesti tuoda takaisin 'minän' lähteelle. Tämä on keino, jolla päästään Itseoivallukseen."

Puhuessaan ihmisille Hän otti myös objektiivisen lähestymistavan esittämällä kysymyksen kaikista elämän ilmiöistä: "Kuka on tullut tässä muodossa?" Tällä tavoin Hän suositteli näkemään kaiken Jumalallisen ilmentyminä. Kun joku lähestyi Ma'ta surullisena, Hän saattoi sanoa, "Jumala on tullut sinun luoksesi tässä muodossa". Jos jotkut tulivat iloisina tai voittaneina tai hävinneinä, he

9 Sri Ramana Gita, 2004, s. 25, säkeet 3-5.

10 Venkataramiah, M. (koost.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* (Keskustelut), 2006, luku 16, s. 8-9.

saisivat saman vastauksen. Jos *sadhak* noudattaa tätä elämän- ja maailmannäkemyttä, kaikki alkaa näyttää Jumalan muodolta eikä siinä ole enää tilaa egolle tai henkilökohtaiselle tietämättömyydelle.

Ma kannusti meitä jatkamaan millä tahansa suunnalla, joka sopii meidän sisäiseen luonteesemme ja kaipuuseemme, mutta jatkamaan loppuun saakka.

"Jos olet *bhakta*, upota 'minä' 'Sinään'; ja jos etenet Itsetutkimuksen polkua, anna 'sinän' hukkaa 'Minään'."

"Itse on lepäämistä Itsessä. Tulemisessa ja menemisessä samoin kuin todellisessa Olemisessä, on pelkästään Hän. 'Minä olen todellakin tämä autuas Itse! Minun täytyy vakiintua Tietoon' - Tämän tulisi olla ainut halu."

Ja lopuksi, Ma vakuuttaa meille, että Hän, itsen Itsenä, on aina valmiina auttamaan meitä:

"Tälle keholle vain Yksi on olemassa; ei ole edes mahdollisuutta toiseen. Tämän kehon atma on kaikkien Atma. Niin ei voi olla, että joku jossakin ei ole Ma'n ikioma!"

Vastaavasti, he, jotka elivät fyysisesti Bhagavanin läheisyydessä, samoin kuin he, jotka myöhemmin muuttuivat Hänen ikuisessa ohjauksessaan, löytävät varmuuden, etteivät hekään koskaan ole Hänen säteilevän armonsa ulkopuolella. Bhagavan ilmaisi vapaasti Hänen armonsa ja myötätuntonsa periksi antamattoman tarkoituksen kaikille, jotka tulivat hänen tykönsä vilpittömin sydämin. Näin Hän ilmoitti edessään olleille niin kuin julistaa kaikille:

"Vaikka päästät irti Bhagavanista, Bhagavan ei koskaan päästää sinua."¹¹

Jopa niin, että kun palvoja tuli masentuneeksi, kun ei havainnut itsessään edistystä ja sanoi:

"Pelkään, että jos jatkan näin minä menen helvettiin."

Bhagavan, Aiheettoman Myötätunnon Valtameri, vastasi hellästi:

"Jos teet niin, Bhagavan menee sinun perässäsi ja tuo sinut takaisin."¹²

Sri Anandamayi Ma viittaa yleensä Henkilöönsä 'tänä kehona', näin Hän, samaan tapaan kuin Bhagavan Ramana teki, ilmoittaa Hänen jatkuvan ohjauksen ja suojauksen vakuutuksesta:

"He kuvittelevat tämän kehon olevan kaukana, kun itse asiassa se on aina hyvin, hyvin lähellä. Miten on mahdollisesti jättää ketään? Kysymys etäisyydestä johtuu yksinomaan heidän näkökulmastaan."¹³

Sri Anandamayi Ma'lle Itse (Atman) on yhteneväinen Brahmanin kanssa; ja samoin on maailma. Hän sanoo, "Tämä keho on sanonut usein, että sinun pitäisi tuntea itsesi tai että sinun pitäisi saavuttaa itsesi. Mutta mitä tarkalleen ottaen merkitsee itsensä saavuttaminen? Se tarkoittaa itsensä saavuttamista Yhtenä - Kokonaisuutena. Jos jättää jotain sivuun samalla kun saavuttaa itsensä, silloin ei ole todella saavuttanut itseään."¹⁴

"Mitä hyvänsä joku sanoo, se Te olette."

"Te Itse esiinnytte eri muodoissa, vaihtelevissa hahmoissa ja ominaisuuksissa."

"Kun löydät itsesi, löydät myös Hänet, ja kun Hän löytyy, löydät myös itsesi."¹⁵

"On vain yksi Todellisuus, yksi Itse, jossa ei ole toista; ja Se sinä olet! Tähän päättyy kaikki puhe ja opetus."¹⁶

Sri Sri Anandamayi Mata ki, Jai!

Om Namō Bhagavate Sri Ramanaya

Ramanasramam
Mountain Path: Huhtikuusta syyskuuhun 2011
Swami Mangalananda

11 Osborne, Arthur, *Ramana Maharshi and the Path of Self-Knowledge*, 2006, s. 172.

12 Kuten edellä, s.172.

13 Matri Vani, kirja 1, kääntänyt Atmananda. Osa 1: Yleisiä ohjeita, jae 44.

14 *Vachanamrita*, kirja IV, s. 258-259.

15 Kuten edellä, kirja IV, s. 243.

16 Kuten edellä, kirja I, s. 188.