

# **Kuka minä olen?**

[Englanninkielinen käännös kirjaan *Nan Yar?*]



## Esittely

Vuosina 1901-1902, kun Bhagavan Sri Ramana Maharshi asui Virupakshaluolassa Arunachalan Pyhällä Vuorella, harras uskovainen nimeltä Sri M. Sivaprakasam Pillai oli kiinnostunut Hänestä ja lähestyi Häntä useilla kysymyksillä. Sri Bhagavan, joka tuohon aikaan puhui hyvin vähän, muttei minkään oman valan vuoksi, vaan koska Hänellä ei ollut mieltymystä puhua, vastasi suurimpaan osaan hänen kysymyksistään kirjoittamalla joko hiekkaa, liuskekivelle tai paperinpaloille. Opetukset, jotka Sri Sivaprakasam Pillai näin vastaanotti, julkaistiin ensimmäisen kerran vuonna 1923 kysymysten ja vastausten muodossa nimellä *Nan Yar?* [Kuka minä olen?]. Pian sen jälkeen Sri Bhagavan Itse järjesti ja kirjoitti uudelleen nämä kysymykset ja vastaukset tutkielman muotoon, näin tehden *Nan Yarin?* yhtenäiseksi ja johdonmukaiseksi selitykseksi.

Sen kysymys- ja vastausversion lisäksi, joka sisältää kahtakymmentäkahdeksan kysymystä, jota nykyisin julkaistaan erillisenä kirjaseinä, on olemassa toinen versio, joka sisältää vain neljätoista kysymystä, joka on julkaistu *Sri Ramana Vijayamissa* [Sri Bhagavanin tamilinkielinen elämäkerta], ja englanninkielinen käännös, joka sisältyy *Itseoivallukseen*. Kuitenkin, se on vain tämän teoksen tutkielmaversio, joka sisältyy *Sri Ramana Nutrirattuun* [Sri Ramanan kootut teokset tamilin kielellä] ja koska Sri Bhagavan Itse muokkasi tämän version, sitä on pidettävä pääasiallisena, aitona ja arvovaltaisena versiona.

Tutkielmaversio pohjautuu pitkälti siihen versioon, joka sisältää 28 kysymystä ja vastausta, mutta kun Sri Bhagavan valmisteli sitä, Hän kirjoitti uudestaan ja lisäsi joitakin osia [kuten koko ensimmäisen kappaleen], jättäen pois muita osia [kuten vastaukset kysymyksiin 4 ja 5, ensimmäisen lauseen vastauksesta kysymykseen 6, osia vastauksesta kysymykseen 20, jne.] ja muunsi, laajensi ja paransi muita osia [esimerkiksi vastausta kysymykseen 27]. Kuitenkin, suurinta osaa lauseista Hän ei muuttanut lainkaan, vaan yksinkertaisesti jäseni ideat ja yhdisti ne loogisempaan ja johdonmukaisempaan järjestykseen.

Ensimmäinen Sri Sivaprakasam Pillain esittämä kysymys oli, ”*Nan Yar?*” [Kuka minä olen?], johon Sri Bhagavan vastasi: ”*Arive nan*”, joka tarkoittaa 'tieto yksin on minä', 'Tieto itsessään on minä' tai 'Tieto todellakin on minä'. Tamilinkielinen sana '*arivu*' on suunnilleen sama kuin sanskritinkielinen sana '*jnana*' tai englanninkielinen sana 'knowledge'. Sitten Sivaprakasam Pillai kysyi: ”Millainen on [tämän] tiedon luonne?” ja Sri Bhagavan vastasi: ”*Arivin*

*swarupam sat-chit-anandam*” [Tämän tiedon luonteena on olemassaolo-tietoisuus-aituus]. Noita kahta vastausta lukuun ottamatta, koko toinen kappale ei tosiasiassa ollut osa Sri Bhagavanin antamista vastauksista. Sen vuoksi, kun Sri Manikkam Pillai, Sri Sivaprakasam Pillain opetuslapsi, toi tämän teoksen käsikirjoituksen ensimmäisen kerran Hänelle, Hän kysyi ihmetellen, ”Minä en antanut tätä osaa, miten se on löytänyt paikkansa täältä?”\*. ”Kun Sivaprakasam Pillai kopioi Bhagavanin vastauksia muistikirjaansa, hän lisäsi tämän osan ajattellessaan, että se auttaisi häntä ymmärtämään sitä ensimmäistä vastausta selvemmin”, selitti Sri Manikkam Pillai. ”Oi kyllä, hän tunsi jo pyhät opetukset *’neti, neti’* ja siksi hänen oli ajateltava niin”, huomautti Sri Bhagavan. Myöhemmin, kun Sri Bhagavan muokkasi tutkielmaversiota, Hän ei kuitenkaan jättänyt pois tätä lisättyä osaa, vaan yksinkertaisesti merkitsi omat vastauksensa lihavoituina.

Kaikista Sri Bhagavanin proosateoksista *Nan Yar?* pitää hallussaan kiistattoman ja vertaansa vailla olevan aseman paikkaa. Toden totta, sitä voidaan pitää Sri Bhagavanin opetusten aitona kulmakivenä, sillä näissä kahdessakymmenessä lyhyessä kappaleessa kaikki Hänen perusopetuksensa vedetään yhteen selkeällä ja laimentamattomalla tavalla. Sen vuoksi, tämän teoksen merkityksen tähden, jonka vuoksi me olemme suuressa kiittollisuudenvelassa Sri Sivaprakasam Pillaille\*, sen englanninkielinen käännös annetaan tässä.

Samalla kun tätä käännöstä esikäsiteltiin, siitä yritettiin tehdä sellainen, että se olisi niin täsmällinen ja uskollinen alkuperäiselle tamilinkieliselle kuin mahdollista, vaikka joskus tämä oli tehtävä englanninkielen elegantin tyylin kustannuksella.\*\* Tekstin jako kappaleisiin ja lauseisiin ja lauseiden järjestys

---

\* Koska Sri Bhagavanin tapana on välttää pyhien kirjoitusten [sastrojen] vaikeaselkoisen terminologian käyttämistä ja siten hämmentää lukijaa, Hän ei olisi halunnut mainita kaikkia ei-Itsen kirjoitettuja luokituksia, joita annettiin tässä osassa.

\* Lukija saattaa olla kiinnostunut kuulemaan seuraavaa tapauksen, joka osoittaa, että tämä vilpittömän ja varaukseton opetuslapsi saavutti tavoitteen, jota hän niin vilpittömästi etsi. Kun, vuonna 1948, tuotiin sähkö Sri Bhagavanille, joka sisälsi uutisia Sri Sivaprakasam Pillain poismenosta, Hän huomautti, ”*Sivaprakasam siva-prakasamanar*”, joka tarkoittaa ’Sivaprakasamista on tullut *Siva-prakasam*, Sivan valo!’

\*\* Myös itse yritän pysyä englanninkielisen tekstin suomenkielisessä käännöksessäni niin lähellä kuin mahdollista alkuperäistä englanninkielistä, ja siten myös vielä alkuperäisempää tamilinkielistä, rakennetta. Koko tämän kirjan käännöksessä pyrin tähän samaan, mutta suomenkielen rakenteesta johtuen, se on joskus täysin mahdotonta! Itse käytän alkuperäisen tekstin sulkuina hakasulkeita '[ ]' ja omissa, jos tarpeellisissa lisäyksissäni, kaarisulkeita '( )'! Useat tässä tekstissä olevat alaviittaukset viittaavat siihen kirjaan, josta tämä teksti on lainattu! En tahtonut kuitenkaan repiä niitä pois!

vastaa täsmälleen alkuperäistä ja niin pitkälle kuin on mahdollista, jokaisen lauseen rakenne on samaa muotoa kuin alkuperäisessä. Kaikki osat, jotka tulostetaan lihavoituina alkuperäisessä, lihavoidaan myös tässä käännöksessä, kun taas muut keskeiset lauseet, joita ei ole lihavoitu tamilinkielisessä, tulostetaan täällä kursivoituina. Koko alkuperäisessä tekstissä vain yksi sana on suluissa, nimittäin, neljännessä kappaleessa sana 'loistaa' [*prakasikkum*] sanojen 'Itse ilmestyy' jälkeen. Kaikki muut osat, jotka ovat suluissa tässä käännöksessä, on sisällytetty joko osoittamaan tarkkaa tamilin- tai sanskritinkielistä sanaa, jota käytettiin alkuperäisessä tai tehtäessä tekstin merkitystä selvemmäksi tai täydentämään lauseen merkitystä joka, kun käännettiin kirjaimellisesti, ei muodosta täydellistä tai selvästi ymmärrettävää lausetta englanniksi. Alaviitteet ovat vastaavasti lisätty käännökseen ja mikään niistä ei ole alkuperäisessä. Samalla kun käännetään, kaikkiin muihin tämän teoksen nykyisiin käännöksiin on myös läheisesti verrattu, jottei yksikään niiden hyvistä yksityiskohdista [kuten soveliaat sanat, lauseiden kokoonpanot, jne.] olisi jääneet pois tästä käännöksestä.

## TEKSTI

Koska kaikki elävät olennot [*jivat*] haluavat aina olla onnellisia ilman mitään kärsimystä, koska jokaisessa korkein rakkaus [*parama priyam*] on olemassa vain itseä kohtaan, ja koska onnellisuus yksin on rakkauden syy, saavuttaakseen tätä onnea, joka on ihmisen aito luonne ja jota koetaan päivittäin syväunessa, jossa ei ole mieltä, hänen on tarpeellista tuntea itsensä. Tämän vuoksi, kysely [*jnana vichara*] muodossa 'Kuka minä olen?' yksin on tärkein keino [*mukhya sadhana*].

Kuka minä olen? Karkea keho, joka koostuu seitsemästä *dhatusta* [lymfa, veri, liha, rasva, luuydin, luu ja siemenneste], eivät ole 'minä'. Viisi aistielintä [*jnandriyat*] nimittäin korvat, iho, silmät, kieli ja nenä, jotka yksittäin ja vastaavasti tuntevat viisi aistitietoaluetta [*vishayat*], nimittäin äänen, kosketuksen, näkemisen, maun ja hajun, eivät ole 'minä', viisi toimintaelintä [*karmendriyat*] nimittäin suu, jalat, kädet, peräaukko ja sukuelin, joita vastaavat toiminnat ovat [tässä järjestyksessä] puhuminen, kävely, antaminen, ulostaminen ja nauttiminen, eivät ole 'minä'. Viisi elintärkeää ilmaa kuten *prana*, jotka suorittavat viittä elintoimintaa kuten hengitys, eivät ole 'minä'. Jopa mieli, joka ajattelee, ei ole 'minä'. Edes [syväunen] tietämättömyys, jossa säilyvät vain piilevät taipumukset kohti aistitietoja [*vishayavasanat*] ja josta puuttuu kaikki aistitieto ja kaikki toiminta, ei ole 'minä'. Sen jälkeen, kun kaikki edellä mainittu on kielletty 'en minä, en minä', se **tieto**, joka yksin jää jäljelle, itsessään on 'Minä'. **[Tämän tiedon luonne on olemassaolo-tietoisuus-autuus [*sat-chit-ananda*].**

Jos mieli, joka on kaiken tiedon [kaiken tavoitteellisen tiedon] ja kaiken toiminnan syy ja [perusta], vajoaa, maailman havaitseminen [*jagat-drishti*] lakkaa. Aivan kuten tietoa köydestä, joka on perusta, ei saavuteta ellei tieto käärmeestä,

päälle asetetusta, poistu, samoin Itseoivallusta [*swarupadarsanam*], joka on perusta, ei saavuteta ellei maailman havaitseminen [*jagat-drishti*], joka on päälle asettamista, lakkaa.

Se, mitä kutsutaan mieleksi [*manam*], on ihmeellinen voima, joka on olemassa Itsessä [*atma-swarupam*]. Se heijastaa kaikki ajatukset. Jos me panemme syrjään kaikki ajatukset ja katsomme, ei ole mitään sellaista asiaa kuin mieli niistä erillään; sen vuoksi, ajatus itse on mielen luonne [tai muoto]. Erillään ajatuksista ei ole olemassa sellaista asiaa kuin maailma. Syväunessa ei ole ajatuksia, [ja siten] siellä ei ole maailmaakaan; valveilla ja unessa on ajatuksia, [ja siten] siellä on myös maailma. Aivan kuten hämähäkki kehää itsessään ulos lankaa ja vetää sen taas takaisin itseensä, samoin mieli heijastaa maailman ulos itsessään ja imee sen taas takaisin itseensä. Kun mieli tulee ulos [nousee] Itsestä, maailma tulee näkyviin. Sen vuoksi, kun maailma ilmenee, Itse ei tule näkyviin; ja kun Itse ilmenee [loistaa], maailma ei tule näkyviin. Jos ihminen jatkuvasti tutkii mielen luonnetta, lopulta löytyy, että 'oma itse' yksin on [jonka on nyt virheellisesti luullaan olevan] mieli. Mitä [tässä] kutsutaan 'omaksi itseksi' [*tan*], on totisesti Itse [*atma-swarupam*]. Mieli voi olla olemassa vain riippumalla aina jostain karkeasta [toisin sanoen, aina vain samaistumalla karkeaan nimeen ja muotoon, kehoon, 'minänä']; itsekseen se ei voi pysyä. Se on mieli yksin, jota kutsutaan hienovaraiseksi kehoksi [*sukshma sarira*] tai sieluksi [*jivaksi*].

Se, mikä nousee tässä kehossa 'minänä' ['Minä olen tämä keho'] on mieli. Jos ihminen kysyy 'Missä paikassa kehossa ajatus 'minä' nousee ensin?', sen tullaan huomaamaan olevan sydän [*hridayam*]\*. Se on mielen lähde [kirjaimellisesti, syntymäpaikka]. Vaikka lakkaamatta ajattelee 'Minä, minä', se johtaa siihen paikkaan [meidän todelliseen tilaamme, Itseen]. Kaikista ajatuksista, jotka nousevat mielessä, **ajatatus 'minä'** [tunne 'Minä olen keho'] **on ensimmäinen ajatus**. Vasta tämän nousemisen jälkeen kaikki muut ajatukset nousevat. Vasta

\* Pääsääntöisesti, aina kun Sri Bhagavan käyttää sanaa 'paikka' [*idam*], hän viittaa meidän todelliseen tilaamme, Itseen, eikä mihinkään ajan ja tilan rajoittamaan paikkaan. Tämä vahvistetaan tämän teoksen seuraavassa kappaleessa, jossa Hän sanoo, "Paikka [*idam*], jossa ei ole olemassa edes vähäisintäkään merkkiä ajatuksesta 'minä', yksin on Itse [*swarupam*]" . Sen vuoksi, kun Hän sanoo tässä lauseessa "Jos joku kysyy 'missä paikassa [*idam*]. Kehossa ..'" ,se ,mitä Hän todellisuudessa odottaa meidän tekevän, on kysyä 'Mistä?', jolloin vastaus ei tule olemaan paikka kehossa, vaan vain 'me', Itse, todella olemassa oleva Olento [katso tämän kirjan sivuja 110-112]. Sen vuoksi, kuten Sri Bhagavan itse usein selitti, sanan 'sydän' [*hridayam*] todellinen merkitys ei rajoitu paikkaan kehossa, vaan vain rajattomaan Itseen [katso *Upadesa Manjari* (oma Henkinen Opetus), luku kaksi, vastaus kysymykseen 9]. Kuitenkin, koska mieli tai ego voi nousta vain samaistamalla keho 'minäksi', sen nousemisen paikkaa voidaan myös osoittaa kehossa, 'kaksi sormenleveyttä oikealle rinnan keskustasta', vaikka tietenkään sellainen paikka ei koskaan voi olla absoluuttista todellisuutta.

ensimmäisen persoonan [kohteen, 'minän', jonka muotona on tunne 'Minä olen tämä keho' tai 'Minä olen se ja se'] nousemisen jälkeen toiset ja kolmannet persoonat [kohteet, 'sinä', 'hän', 'se', 'tämä', 'tuo' jne.] ilmenevät; ilman ensimmäistä persoonaa toista ja kolmatta persoonaa ei ole olemassa.

*Mieli häviää vain tutkimuksen Kuka minä olen?' avulla.* Ajatus 'Kuka minä olen?' [joka ei ole mitään muuta kuin keino kääntää huomiomme kohti Itseä] tuhoamalla kaikki muut ajatukset, tulee itse lopulta tuhoutumaan kuten tikku, jota käytetään kohennettaessa polttohautausroviota. Jos muita ajatuksia nousee [mikä osoittaa, että Itsen huomiointi katoaa], ihmisen pitäisi, yrittämättä suorittaa niitä loppuun, kysyä 'Kenelle ne nousivat?'. Mitä sillä on väliä kuinka monta ajatusta nousee? [Keino panna syrjään ajattelun huomiointi ja saada takaisin Itsen huomiointi, on seuraavanlainen:] Sillä hetkellä, kun jokainen ajatus nousee, jos ihminen valppaasti kysyy 'Kenelle tämä nousi?', tullaan tuntemaan 'Minulle'. Jos hän silloin kysyy 'Kuka minä olen?', mieli [huomiointimme voima] tulee kääntymään takaisin [ajatuksesta] lähteeseensä [Itseen], [silloin, koska kukaan ei ole kiinnittämässä huomiotaan siihen] ajatus, joka oli noussut, tulee myös vajoamaan. *Toistuvasti harjoittelemalla näin, mielen voima pysyy lähteessään kasvaa.* Kun mieli [huomiointi], joka on hienovarainen, tulee ulos aivojen ja aistielinten kautta [jotka ovat karkeita], nimet-ja-muodot [maailman esineet], jotka ovat karkeita, ilmestyvät; kun se pysyy sydämessä [lähteessään, Itsessä], nimet-ja-muodot katoavat. Pitämällä mieli sydämessä [edellä kuvatulla menetelmällä kiinnittää huomiomme Itseen], kun ei salli sen mennä ulos, sitä yksin kutsutaan 'Itseä kohti kääntymiseksi' [*ahamukham*] tai 'sisäänpäin kääntymiseksi' [*antarmukham*]. Kun sen sallitaan mennä ulos sydäimestä, sitä yksin kutsutaan 'ulospäin kääntymiseksi' [*bahirmukham*]. Kun mieli näin pysyy sydämessä, 'minän' [ajatuksen 'minä', egon], joka on kaikkien ajatusten juuri, kadottua, aina olemassa oleva Itse yksin loistaa. Paikka [tai tila], jossa ei edes ajatuksen 'minä' vähäisintäkään merkkiä ole olemassa, yksin on Itse [*swarupam*]. Sitä yksin kutsutaan 'Hiljaisuudeksi' [*maunam*]. Olla hiljaa [*summa irupadu*] tällä tavalla, sitä yksin kutsutaan 'nähdä tiedon [silmällä]' [*jnana-drishti*]. Olla hiljaa on saada mieli vajoamaan Itseen [Itsen huomiointilla]. Muut kuin nämä, tietää toisten ajatukset, tietää kolme aikaa [menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus], tietää tapahtumat kaukaisissa paikoissa – kaikki nämä eivät koskaan voi olla *jnana-drishti*.

Mikä todella on olemassa, on Itse [*atma-swarupam*] yksin. Maailma, sielu ja Jumala ovat sen päälle asettamisia kuin hopea helmiäisellä; nämä kolme ilmenevät yhtä aikaa ja katoavat yhtä aikaa. Itse itsessään on maailma: Itse



itsessään on 'minä' [sielu]; Itse itsessään on Jumala; kaikki on Korkeinta Itseä [siva-swarupam].

*Saadakseen mielen häviämään, ei ole olemassa muita riittäviä keinoja kuin kysely [vichara]. Jos sitä hallitsee muilla keinoin, mieli pysyy ikään kuin hävinneenä, mutta nousee uudelleen.* Jopa hengityksen hallinnalla [pranayamalla] mieli tulee häviämään; kuitenkin, mieli pysyy hävinneenä vain niin kauan kuin hengitys [prana] pysyy laantuneena, ja kun prana tulee ulos, mieli tulee myös ulos ja vaeltelee taipumusten [vasanoiden] mukaisesti. Mielen ja pranin lähde on yksi ja sama. Ajattelu itsessään on mielen luonne. Ajatus 'minä' on todellakin mielen ensimmäinen ajatus; se itsessään on ego [ahankara]. Mistä ego alkaa, sieltä yksin myös hengitys nousee. Sen vuoksi, kun mieli häviää, myös prana häviää ja kun prana häviää, myös mieli häviää. Mutta syväunessa [sushupti], vaikka mieli häviää, prana ei häviä. Jumala on suunnitelmassaan järjestänyt näin kehon suojelemiseksi ja siten, etteivät muut erehtyisi luulemaan, että keho on kuollut. Kun mieli häviää valvetilassa ja Itseen imeytymisessä [samadhissa], prana häviää. Prana on mielen karkea muoto. Kuolinhetkeen saakka mieli pitää pranaa kehossa ja kun keho kuolee, mieli kantaa pakolla pranin pois. Sen vuoksi, pranayama on pelkkä apukeino mielen hallintaan, muttei voi saada aikaan mielen tuhoamista [mano-nasaa]\*.

Aivan kuten pranayama, Jumalan muodon mietiskely [murti-dhyana], pyhien sanojen toistaminen [mantra-japa] ja ruokavalion sääntely [ahara-niyama] ovat pelkkiä apukeinoja hallita mieltä [mutteivät koskaan itse saa aikaan sen tuhoutumista]. Murti-dhyanalla ja mantra-japalla mieli saavuttaa keskittyneisyyden [ekagramin]. Aivan kuten norsulle annetaan ketju, jota se pitää kärsässään, joka aina vaeltelee [sinne sun tänne yrittäen saada kiinni tavaroista], se norsu kulkee eteenpäin pitämällä kiinni vain ketjusta, sen sijaan, että yrittäisi saada kiinni mistään muusta, samoin myös silloin, kun mieli, joka aina vaeltelee, koulutetaan pitämään kiinni jostain [Jumalan] nimestä tai muodosta, se takertuu vain tähän. Kun mieli haarautuu lukemattomiksi ajatuksiksi, jokaisesta ajatuksesta tulee hyvin heikko. Kun ajatukset rauhoittuvat yhä enemmän ja enemmän, keskittyneisyys saavutetaan ja mielelle, joka on siten saavuttanut voiman,

---

\* Koska mieli kykenee kantamaan pranin pois pakolla kuoleman hetkellä, meidän on ymmärrettävä, että pranassa on vähemmän voimaa kuin mielessä. Siksi Sri Bhagavan sanoo, että pranayama on pelkkä apuväline, jolla hillitään mieltä, mutta se ei voi saada aikaan mielen tuhoutumista. Jos, sen sijaan, mieltä hallitaan [saadaan häviämään] Itsetutkimuksella [atma-vicharalla] ja oikealla tiedolla [jnanalla], se yksin riittää ja meidän ei silloin tarvitse vaivata päättämme säännöstelemällä pranaa.

Itsetutkimus [*atma-vichara*] tulee olemaan helppo saavuttaa\*\*. *Mita sattvika ahara-niyamalla*\*\*\*, mikä on paras kaikista sääntelyistä, mielen satvinen ominaisuus, lisääntytyään, muuttuu avuksi Itsetutkimukseen.

Vaikka taipumukset kohti aistikohteita [*vishaya-vasanas*], jotka ovat toistuneet kautta aikojen, nousevat lukemattomin määrin kuten valtameren aallot, ne kaikki tuhoutuvat, kun Itsessä pysyminen [*swarupa-dhyana*] tulee voimakkaammaksi ja voimakkaammaksi. Antamatta tilaa edes epäilevälle ajatukselle: 'Onko mahdollista tuhota kaikki nämä taipumukset [*vasanat*] ja pysyä pelkkänä Itsenä?', ihmisen tulisi nopeasti takertua pysyvästi Itsen huomiointiin. Kuinka suuri syntinen tahansa hän voi olla, hän, ei valittamalla, 'Oi, minä olen syntinen! Kuinka voin saavuttaa pelastuksen?' vaan täysin luopumalla jopa ajatuksesta, että hän on syntinen, hän on päättäväisesti Itsen huomiointissa, hän varmasti pelastuu@.

Niin kauan kuin mielessä on taipumuksia kohti aistikohteita [*vishaya-vasanoita*], niin kauan kysely 'Kuka minä olen?' on välttämätöntä. Jos ja kun ajatuksia nousee, ihmisen pitäisi tuhota ne kaikki kyselyllä silloin ja siinä niiden alkuperäisellä paikalla. Kohdistamatta huomiota siihen mikä-on-toinen, [*anya*, toisin sanoen, mihinkään toisen tai kolmannen persoonan kohteeseen] on kiintymättömyyttä [*vairagyaa*] tai välinpitämättömyyttä [*nirasaa*]; ei jätä Itseä on tietoa [*jnanaa*]. Todellisuudessa, nämä kaksi [välinpitämättömyys ja tieto] ovat yksi ja sama. Aivan kuten helmensukeltaja, sitomalla kiven vyötärölleen, sukeltaa mereen ja ottaa helmen, joka makaa pohjalla, samoin jokainen, joka sukeltaa

---

\*\* Lukija voi tässä katsoa sivuille 78-81, jossa selitetään tarkasti, millä tavoin *japan* tai *dhyanan* harjoitus saattaa olla apukeino, joka helpottaa Itsessä pysymisen saavuttamista, joka (pysyminen) on Itsetutkimusta. Tässä yhteydessä meidän olisi hyvä myös muistaa Sri Bhagavanin seuraava ohje: "Ihmisen ei pitäisi käyttää Jumalan nimeä [tai muotoa] mekaanisesti ja pinnallisesti ilman antautumisen [*bhaktin*] tunnetta. Käyttäessään Jumalan nimeä, hänen täytyy kääntyä Hänen puoleensa kaipuulla ja varauksella luovuttaa itsensä Hänelle." [*Maharshi's, Gospel*, Kirja 1, luku neljä]. Katso myös liitettä yksi [d].

\*\*\* *Mita satvika ahara-niyama* tarkoittaa, että ihmisen olisi säännösteltävä ruokavaliotaan ottamalla vain kohtuullisia määriä ruokaa [*mita ahara*] ja välttämällä tiukasti ei-satvisia elintarvikkeita, toisin sanoen, kaikki ei-vegetarisia elintarvikkeita, kuten munia, kalaa ja lihaa, päihteitä kuten alkoholia ja tupakkaa, liian pistävää, hapanta ja suolaista makua, liiallista sipulia ja valkosipulia, jne. Lisäksi, sanskritin sana '*ahara*' tarkoittaa 'se, mitä otetaan sisään', täten laajemmassa merkityksessä *ahara-niyama* ei tarkoita vain ruokavaliota sääntelyä, vaan myös kaiken sen sääntelyä, jonka mieli ottaa sisään viidellä aistilla.

@ Tässä käytetty tamilinkielinen sana on '*uruppaduvan*', joka tavallisessa merkityksessä tarkoittaa 'tulee muotoutumaan oikein', 'tulee uudistumaan' tai 'tulee onnistumaan pyrkimyksissään', mutta joka syvemmässä merkityksessä tarkoittaa 'saavuttaa Itsen' [*uru* = Itse tai *swarupa*; *paduvan* = saavuttaa tai tulee vakiintumaan].

syvälle itseensä kiintymättömyydellä [*vairagyalla*], voi saavuttaa Itsen helmen. Jos hän turvautuu keskeytyksettä Itsen muistamiseen [*swarupa-smaranai*, toisin sanoen, pelkän tunteen 'minä' muistamiseen tai huomion kohdistamiseen pelkkään tunteeseen 'minä'], kunnes hän saavuttaa Itsen, se yksin riittää. Niin kauan kuin linnakkeen sisällä on vihollisia, niitä tulee jatkavasti ulos. Jos joku lyö ne kaikki maahan sitä mukaa kun niitä tulee ulos, linnake joutuu meidän haltuumme.

Jumala ja Guru eivät todellisuudessa ole erillään. Aivan kuten saalis, joka on joutunut tiikerin hampaisiin, ei voi paeta, samoin he, jotka ovat tulleet Gurun Armon katseen alle, varmasti pelastuvat eikä heitä koskaan hylätä; siitä huolimatta, hänen pitäisi pysähtymättä seurata Gurun osoittamaa polkua.

*Pysymällä tiukasti Itsessä pysymisessä [atma-nishthassa], antamatta edes vähäisintäkään sijaa minkään muun ajatuksen nousulle kuin Itsen ajatukselle [atma-chintanai]\*, on antautumista Jumalalle.* Kuinka paljon hyvänsä taakkaa me heitä Jumalalle, Hän kantaa sen kaiken. Koska yksi Korkein Hallitseva Voima [*parameswara sakti*] suorittaa kaiken toiminnan, miksi meidän pitäisi, sen sijaan, että taipuisimme siihen, ajatella jatkuvasti. "Minun pitäisi toimia tällä tavalla; Minun pitäisi toimia sillä tavalla"? Kun me tiedämme, että juna kantaa kaikki kuormat, miksi pitäisi meidän, jotka matkustamme sillä, sen sijaan, että laitamme pienet matkatavaramme siihen ja olisimme onnellisesti levossa, kärsiä kantamalla sitä [meidän matkatavaramme] päämme päällä?

Se, mitä kutsutaan onneksi [*sukham*], on vain Itsen luonne; onnellisuus ja Itse eivät ole erillään. Itse-onni [*atma-sukham*] yksin on olemassa; se yksin on todellinen. Ainoassakaan maailman asiassa ei ole onnea. Me ajattelemme, että saamme niistä onnea virheellisen arvostelukykymme [*avivekan*] vuoksi. Kun mieli tulee ulos, se kokee kärsimystä [*duhkham*]. Todellisuudessa, aina, kun ajatuksemme [halumme] täyttyvät, mieli, palaamalla takaisin lähteeseensä – [Itseen], kokee pelkkää Itse-onnea. Samalla lailla, syväunen, Itseen imeytymisen [*samadhin*] ja pyörtymisen aikana ja kun asiat, joista me pidämme, saadaan ja kun paha kohtaa sellaisia asioita, joista me emme pidä, mielestä tulee sisäänpäin kääntynyt ja se kokee pelkkää Itse-onnea. Tällä tavalla mieli vaeltelee ilman lepoa, menemällä ulos jättäen Itsen ja [sitten taas] palaten sisälle. Puun alla varjo on ihanaa. Ulkopuolella auringon lämpö kärventää. Henkilö, joka vaeltelee

---

\* 'Itsen ajatus' [*atma-chintanai*] tarkoittaa ainoastaan Itsen huomiointia. Vaikka Sri Bhagavan tässä käyttää sanaa 'ajatus' [*chintanai*] ilmaisemaan Itsen huomiointia, on ymmärrettävä, että Itsen huomiointi ei ole henkistä aktiivisuutta. Kohdistaa huomio Itseen ei ole mitään muuta kuin pysymistä Itsenä ja siten ei ole 'tekemistä', vaan 'olemista', toisin sanoen, se ei ole henkistä toimintaa, vaan meidän pelkän olemassaolomme luonnollinen tila. Katso *Ulladhu Narpadhun* ensimmäistä siunaavaa säettä [mainittu tämän kirjan sivulla 115], jossa Sri Bhagavan on paljastanut, että oikea tapa 'ajatella' [mietiskellä] Itseä on pysyä Itsessä Itsenä.

ulkopuolella, saavuttaa varjon ja viilenee. Hetken kuluttua hän lähtee ulos, mutta, kykenemättä kestämaan paahtavaa kuumuutta, palaa takaisin puun alle. Tällä tavoin hän suorittaa kulkua varjosta kuumaan aurinkoon ja palaamista kuumasta auringosta varjoon. Hän, joka toimii näin, on henkilö, jolla ei ole arvostelukykyä [*avivekia*]. Mutta arvostelukykyinen henkilö [*vivki*] ei koskaan jätä varjoa. Samalla lailla, Viisaan [*jnanin*] mieli ei koskaan jätä *Brahmania* [toisin sanoen, Itseä]. Mutta tietämättömän [*ajnanin*] mieli on sellainen, että vaellellessaan maailmassa, se kärsii; ja palatessaan takaisin *Brahmaniin* hetkeksi, se nauttii onnesta. Se, mitä kutsutaan maailmaksi, ei ole mitään muuta kuin ajatus. Kun maailma katoaa, toisin sanoen, kun ei ole ajattelua, mieli kokee autuutta [*anandaa*]; kun maailma ilmestyy, se kokee kärsimystä.

Aivan kuten auringon pelkässä läsnäolossa, joka (aurinko) nousee ilman halua [*ichchaa*], aikomusta [*sankalpaa*] ja ponnistusta [*yatnamia*], aurinkokivi [suurennuslasi] säteilee tulta, lootus kukkii, vesi haihtuu ja ihmiset aloittavat, tekevät ja lopettavat työnsä, ja aivan kuten magneetin edessä neula liikkuu, samoin pelkällä Jumalan läsnäolon vaikutuksella, joka (Jumala) on ilman aikomusta [*sankalpaa*], sielut [*jivat*], joita hallitsevat kolme jumalallista toimintaa [*muttozhi*] tai viisi jumalallista toimintaa [*panchakrityaa*]\*, suorittavat ja lopettavat toimintansa vastaavien *karmojensa* mukaisesti [toisin sanoen, ei ainoastaan heidän *prarabdha karmansa* eli kohtalonsa mukaisesti, vaan myös heidän *purva karma-vasanoiden* eli aiempien taipumustensa kohti toimintaa mukaisesti]. Silti, Hän [Jumala] ei ole se, jolla on aikomusta [*sankalpaa*]. Yksikään yksittäinen teko [*karma*] ei vaikuta [kirjaimellisesti, ulotu] Häneen. Tämä on kuin toiminnat maailmassa, jotka eivät vaikuta aurinkoon ja kuin muiden neljän elementin [maan, veden, ilman ja tulen] hyvät ja huonot ominaisuudet, jotka eivät vaikuta kaikkialle leviävään tilaan [viidenteen elementtiin].

Koska kaikissa pyhissä kirjoituksissa sanotaan, että vapautumisen [*muktin*] saavuttamiseksi ihmisen tulisi hallita\*\* mieli. Sen jälkeen, kun tietää, että mielenhallinta [*mano-nigraha*] yksin on pyhien kirjoitusten lopullinen päätös

---

\* Pyhissä kirjoituksissa annettujen eri luokitusten mukaan jumalallisia toimintoja sanotaan olevan kolme, nimittäin luominen [*sristhi*], ylläpito [*sthiti*] ja tuhoaminen [*samhara*] tai viisi, nimittäin nämä kolme plus verhoaminen [*tirodhana*] ja Armo [*anugraha*].

\*\* Sri Bhagavanin tässä käyttämä tamilinkielinen sana 'hallita' on '*adakku*', joka tarkoittaa kirjaimellisesti 'päästä pois toiminnasta' tai 'lakata toimimasta'. Tällainen hallinta [*adakkam*] tai laskeutuminen [*odukkam*] voi olla joko väliaikaista [*mano-layaa* eli mielen väliaikaista laskeutumista] tai pysyvää [*mano-nasaa* eli mielen täydellistä tuhoutumista], kuten Sri Bhagavan sanoi *Upadesa Undhiyarin* säkeessä 13. Tässä yhteydessä, kuitenkin, sana 'hallinta' [*adakku*] tarkoittaa vain 'tuhota', sillä Sri Bhagavan on paljastanut *Ulladhu Narpadhun* säkeessä 40, että egon [tai mielen] tuhoaminen yksin on vapautuminen.

[määräys], niiden loputon lukeminen on hedelmätöntä. Mielen hallitsemiseksi on tarpeen kysyä kuka itse on, [silloin] kuinka, [sen sijaan, että kysyy itseltään], tutkii [ja tuntee, kuka itse on] pyhistä kirjoituksista? Ihminen tulisi tuntea itsensä omalla tiedon silmällään [*jnana-kan*]. Ramalle, tietää itsensä olevan Rama, onko peili tarpeen? 'Oma Itse'<sup>\*\*\*</sup> on viiden tupen [*pancha kosan*] sisäpuolella; kun taas pyhät kirjoitukset ovat niiden ulkopuolella. Sen vuoksi, tutkimalla pyhistä kirjoituksista itseään, jota on tutkittava [johon on kiinnitettävä huomiota] panemalla syrjään jopa viisi tuppea, on turhaa. Kysymällä 'Kuka olen minä, joka olen orjuudessa?' ja tuntemalla oma todellinen luontonsa [*swarupam*], on vapautuminen [*mukti*]. *Pitää mieltä [huomiointia] aina kohdistettuna Itseen [tunteeseen 'minä'], sitä yksin kutsutaan 'Itsetutkimukseksi' [atma-vicharaksi];* kun taas mietiskely [*dhyana*] on ajatella itsensä olevan Täydellinen [*brahman*], joka on olemassaolo-tietoisuus-aituus [*sat-chit-ananda*]. Kaikki, mitä ihminen on oppinut, on lopulta unohdettava.

Aivan kuten ihmisen on hedelmätöntä tutkia roskia, jotka kaikki on tarkoitus heittää pois, samoin on hedelmätöntä hänen, joka tuntee itsensä, laskea lukumäärää ja tutkia *tattvojen* ominaisuuksia [ainesosia, jotka muodostavat maailman, sielun ja Jumalan], jotka verhoavat itseä, sen sijaan, että heittää ne kaikki syrjään\*. Hänen tulisi pitää maailmankaikkeutta [koko elämänsä tässä maailmassa] kuin unena.

Sen lisäksi, että valveillaolo on pitkä ja uni lyhyt\*\*, [näiden kahden välillä] ei ole mitään eroa. Siinä määrin, missä kaikki tapahtumat, jotka tapahtuvat

\*\*\* Tässä yhteydessä sana 'oma itse' [*tan*] tarkoittaa egoa, joka samaistaa viisi tuppea 'minäksi' ja 'minun paikakseni', mieluummin kuin Itseä, joka on kaikkien rajoitusten, kuten 'sisäpuolella' ja 'ulkopuolella', tuolla puolen. Aivan kuten Rama ei tarvitse peiliä tietääkseen, että Rama-niminen keho on hän itse, sillä tunne 'Minä olen Rama, tämä keho' on tämän kehon sisällä, niinpä me emme tarvitse pyhiä kirjoituksia tietääksemme, että olemme olemassa, koska olemassaolomme tunne ei ole pyhiin kirjoitusten sisällä, vaan vain viiden tupen sisällä, joiden nyt tunnetaan olevan 'minä'. Sen vuoksi, tunteaksemme kuka me olemme, meidän ei pidä kohdistaa huomiotamme pyhiin kirjoituksiin, jotka ovat viiden tupen ulkopuolella, vaan ainoastaan tunteeseen 'minä', joka on viiden tupen sisällä. Lisäksi, koska viisi tuppea verhoavat todellisen luonteemme, jopa ne on pantava syrjään [jätettävä huomiotta], kun me näin tutkimme itseämme [kohdistamme huomion] itseemme.

\* Siitä näkemyksestä, jonka Sri Bhagavan esitti tässä lauseessa, lukija voi nyt ymmärtää, miksi johdannon ensimmäisessä alaviitteessä sanottiin [katso s. 146], "...Hän ei olisi halunnut mainita kaikkia ei-Itsen kirjoitettuja luokituksia, joita annettiin tässä osassa."

\*\* Vaikka Sri Bhagavan tässä sanoo, että valvetila on pitkä ja uni lyhyt, hän paljastaa todellisen totuuden *Guru Vachaka Kovain* säkeessä 560, jossa hän sanoo: "Vastaus 'Valvetila on pitkä ja uni on lyhyt' annettiin pelkkänä [lohduttavana] vastauksena kysyjälle. [Todellisuudessa, kuitenkin, tällaista eroa ei ole olemassa, koska aika itse on henkinen käsitys.] käsitteet aikaeroista [kuten 'pitkä' ja 'lyhyt'] näyttävät olevan todellisia vain *mayan*, mielen petollisen leikin johdosta."

valveilla ollessa, näyttävät olevan todellisia, samassa määrin myös tapahtumat, jotka tapahtuvat unessa, näyttävät tuolloin olevan todellisia. Unessa mieli ottaa toisen kehon. Sekä valveilla, että unessa ajatukset ja nimet-ja-muodot [esineet]) tulevat olemassaoloon samanaikaisesti [ja siten näiden kahden tilan välillä ei ole eroa].

Ei ole olemassa kahta mieltä, hyvä mieli ja paha mieli. Mieliä on vain yksi. Vain taipumuksia [*vasanoita*] on kahdenlaisia, suotuisia [*subha*] ja epäsuotuisia [*asubha*]. Kun mieli on suotuisien taipumusten vaikutuksen alaisena, sitä kutsutaan hyväksi mieleksi ja kun se on epäsuotuisien taipumusten vaikutuksen alaisena, pahaksi mieleksi. Kuinka pahoja hyvänsä muut näyttävät olevan, ihmisen ei tulisi inhota heitä. Sekä pitämisiä, että inhoamisia tulisi kumpaakin vieroksua. Ei tulisi sallia mielen viipyä paljon maallisissa asioissa. Sikäli kuin mahdollista, ei pitäisi puuttua muiden asioihin. Kaiken, mitä ihminen antaa toisille, hän antaa vain itselleen. Jos tämä totuus ymmärretään, kuka ei antaisi toisille?

Jos oma itse [ego] nousee, kaikki nousee; jos oma itse vajoaa, kaikki vajoaa. Siinä määrin kuin käyttäydymme nöyrästi, samassa määrin [ja vain siinä määrin] seuraa hyvää. Jos joku voi pysyä halliten mieltä [pitämällä mieltä vajonneena], hän voi elää missä tahansa. **(Tässä oman itsen, 'egon' tuntomeriksi kävisi hyvin 'oma minä'!)**