

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

are without insight into your own? When the very instrument of insight is lacking, is it not important to find it first? It is like a blind man wanting to learn painting before he regains his eyesight. You want to know my state -- but do you know the state of your wife or servant?

Q: I am asking for some hints only.

M: Well, I gave you a very significant clue -- where you see differences, I don't. To me it is enough. If you think it is not enough, I can only repeat; it is enough. Think it out deeply and you will come to see what I see. You seem to want instant insight, forgetting that the instant is always preceded by a long preparation. The fruit falls suddenly, but the ripening takes time. After all, when I talk of trusting me, it is only for a short time, just enough time to start you moving. The more earnest you are, the less belief you need, for soon you will find your faith in me justified. You want me to prove to you that I am trustworthy. How can I and why should I? After all, what I am offering you is the operational approach, so current in Western science. When a scientist describes an experiment and its results, usually you accept his statements on trust and repeat his experiment as he describes it. Once you get the same or similar results, you need not trust him any more; you trust your own experience. Encouraged, you proceed and arrive in the end at substantially identical results.

Q: The Indian mind was made ready for metaphysical experiments by culture and nurture. To the Indian words like 'direct perception of the Supreme Reality' make sense and bring out responses from the very depths of his being. They mean little to a Westerner; even when brought up in his own variety of Christianity, he does not think beyond conformity with God's commandments and Christ's injunctions. First-hand knowledge of reality is not only beyond ambition, but also beyond conceiving. Some Indians tell me: 'Hopeless. The Westerner will not, for he cannot. Tell him nothing about self-realisation; let him live a useful life and earn a rebirth in India. Then only will he have a chance'. Some say: 'Reality is for all equally, but not all are equally endowed with the capacity to grasp it. The capacity will come with desire, which will grow into devotion and ultimately into total self-dedication. With integrity and earnestness and iron determination to overcome all obstacles, the Westerner has the same chance as the Oriental man. All he needs is the rousing of interest'. To rouse his interest in self-knowledge he needs to be

a te sajátodba való belelátásnak is híján vagy? Ha a hiányzik belátást szolgáló tökéletes eszköz, nem fontos, hogy előbb megtaláljuk azt? Ez annak a vak embernek az esetéhez hasonló, aki festeni akar tanulni, mielőtt visszanyerné a látását. Meg akarod ismerni az állapotomat – de ismered-e a feleséged, vagy a szolgáló állapotát?

K: Csupán tanácsot kérek.

M: Nos, nyomra vezettelek egy nagyon fontos esetben – amiben te látsz különbséget, én pedig nem. Részemről ez elegendő. Ha te azt gondolod, hogy nem elegendő, csak ismételni tudom; ennyi elegendő. Gondold át alaposan, és látni fogod, amit én látok. Úgy látszik, te azonnali meglátást akarsz, elfelejtve, hogy az azonnalt mindig egy hosszú előkészítés előzi meg. A gyümölcs hirtelen pottyan le, de érése időt vesz igénybe. Tulajdonképpen, amikor azt mondom, higgy nekem, az is csak rövid idő, épp csak annyi, amennyi az elinduláshoz kell. Minél komolyabb vagy, annál rövidebb ideig van szükség a hitre, mert a belém vetett hited hamarosan igazolást nyer. Azt akarod, hogy a megbízhatóságomat bizonyítsam. Hogyan tudnám, és miért tenném? Végül is, amit neked ajánlok, az a nyugati tudományban ma oly időszerű megismételhetőség megközelítése. Amikor egy tudós ismertet egy kísérletet, és annak az eredményét, többnyire hit alapon fogadod el az állításait, és megismétled a kísérletet, a leírásának megfelelően. Ha azonos, vagy hasonló eredményt kapsz, nem kell hinned többé; ettől kezdve a saját tapasztalatodnak hiszel. Ha bátor vagy, cselekszel, és a végén lényegében azonos eredményeket érsz el.

K: Az indiai elme kultúrája és neveltetése folytán kész a metafizikai tapasztalatokra. Egy indiai számára az olyan szavak, mint a 'Legfelsőbb Valóság közvetlen észlelése', értelemmel bírnak, és lényegesen legmélyéről fakadó reakciót váltanak ki. Ugyanezek egy nyugatinak nem sokat jelentenek; még ha fel is idézi a saját keresztény változatát, az Isten parancsolataival és Krisztus rendelkezéseivel való összhangon túl nem gondolkozik. A valóság első kézből való ismerete nemcsak ambícióit haladja meg, hanem felfogását is. Azt mondták nekem indiaiak: 'Reménytelen. A nyugati nem fog, mert nem tud. Ne mondj nekik semmit önmegvalósításról; hadd éljen hasznos életet, és érdemelje ki, hogy újrászülessen Indiában. Csak akkor lesz esélye.' Mások azt mondják: 'A valóság mindenki számára ugyanaz, de nem mindenki van ugyanúgy megáldva a képességgel, hogy megragadja azt. 'A képesség a vágygal fog megjönni, ami belenő az odaadásba, és végül a totális önfelajánlásba. Az akadályokon becsületességgel, komolysággal és vas céltudatossággal való felülkerekedésre a nyugati embernek ugyanolyan esélye van, mint a keletinek.

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

convinced about its advantages.

M: You believe it is possible to transmit a personal experience?

Q: I do not know. You speak of unity, identity of the seer with the seen. When all is one, communication should be feasible.

M: To have the direct experience of a country one must go and live there. Don't ask for the impossible. A man's spiritual victory no doubt benefits mankind, but to benefit another individual, a close personal relation is required. Such relation is not accidental and not everybody can claim it. On the other hand, the scientific approach is for all. 'Trust-test-taste'. What more do you need? Why push the Truth down unwilling throats? It cannot be done, anyhow. Without a receiver what can the giver do?

Q: The essence of art is to use the outer form to convey an inner experience. Of course, one must be sensitive to the inner, before the outer can be meaningful. How does one grow in sensitivity?

M: Whichever way you put it, it comes to the same. Givers there are many; where are the takers?

Q: Can you not share your own sensitivity?

M: Yes, I can, but sharing is a two-way street. Two are needed in sharing. Who is willing to take what I am willing to give?

Q: You say we are one. Is this not enough?

M: I am one with you. Are you one with me? If you are, you will not ask questions. If you are not, if you do not see what I see, what can I do beyond showing you the way to improve your vision?

Q: What you cannot give is not your own.

M: I claim nothing as my own. When the 'I' is not, where is the 'mine'? Two people look at a tree. One sees the fruit hidden among the leaves and the other does not. Otherwise there is no difference between the two. The one that sees knows that with a little attention the other will also see, but the question of sharing does not arise. Believe me, I am not close-fisted, holding back your share of reality. On the contrary, I am all yours, eat me and drink me. But while you repeat verbally: 'give, give', you do nothing

Mindössze az érdeklődés felébredésére van szükség.' Érdeklődésének felébresztéséhez meg kell győződnie annak előnyeiről.

M: Azt hiszed, van lehetőség átadni személyes tapasztalatot?

K: Nem tudom. Te beszélsz egységről, a látó és a látott azonosságáról. Ha minden egy, a kommunikációnak megvalósíthatónak kell lennie.

M: Ahhoz, hogy közvetlen tapasztalattal rendelkezzen egy országról, oda kell menned, és ott kell élned. Nem kérj lehetlent. Egy ember spirituális győzelme kétségtelenül előnyös az emberiség számára, de ahhoz, hogy egy másik egyén számára előnyös legyen, szoros személyes kapcsolat szükséges. Egy ilyen kapcsolat nem véletlen, és nem formálhat jogot rá mindenki. Másfelől, a tudományos megközelítés mindenre alkalmas. 'Hidd el - próbáld ki - élvezd az eredményt'. Mi többre tartasz igényt? Minek az Igazságot vonakodó torkokon lenyomni? Nem tudom megtenni, semmiképp. Vevő nélkül mit tud csinálni az adó?

K: A művészet lényege, hogy a külső formát a belső tapasztalat közvetítésére használja. Természetesen, az embernek érzékenynek kell válnia a belsőre, mielőtt a külső jelentőségteljessé válhatna számára. Hogyan növelhető az érzékenység?

M: Akármelyik módszert próbálsz, ugyanoda vezet. Sokan vannak az adók; hol vannak a vevők?

K: Nem tudod megosztani a saját fogékonyságodat?

M: De igen, meg tudom osztani, de a megosztás kétirányú utca. Ketten kellene a megosztáshoz. Ki kész venni, amit én kész vagyok adni?

K: Azt mondd, egyek vagyunk. Ez nem elég?

M: Én egy vagyok veled. Te egy vagy velem? Ha igen, nem lennének kérdéseid. Ha nem, ha nem látod, amit én, mit tehetnék azon kívül, hogy megmutatom a módját, hogy tökéletesítsd a látásodat?

K: Amit nem tudsz adni, az nem a tulajdonod.

M: Nem formálok tulajdonjogot semmire. Amikor nincs 'én', akkor hol az 'enyém'? Ketten néznek egy fát. Egyikük látja a levelek között rejtőző gyümölcsöt, a másik pedig nem. Egyébként semmi különbség nincs kettőjük között. Aki lát, tudja, hogy egy kis figyelemmel a másik is látni fog, de a megosztás kérdése nem merül fel. Higgy nekem, nem vagyok szűkmarkú, aki eltagadja előled a valóság megosztását. Ellenkezőleg, teljesen a tiéd vagyok, egyél engem és igyál engem. De, miközben

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

to take what is offered. I am showing you a short and easy way to being able to see what I see, but you cling to your old habits of thought, feeling and action and put all the blame on me. I have nothing which you do not have. Self-knowledge is not a piece of property to be offered and accepted. It is a new dimension altogether, where there is nothing to give or take.

*

Q: Give us at least some insight into the content of your mind while you live your daily life. To eat, to drink, to talk, to sleep -- how does it feel at your end?

M: The common things of life: I experience them just as you do. The difference lies in what I do not experience. I do not experience fear or greed, hate or anger. I ask nothing, refuse nothing, keep nothing. In these matters I do not compromise. Maybe this is the outstanding difference between us. I will not compromise, I am true to myself, while you are afraid of reality.

Q: From the Westerner's point of view there is something disturbing in your ways. To sit in a corner all by oneself and keep on repeating: 'I am God, God I am', appears to be plain madness. How to convince a Westerner that such practices lead to supreme sanity?

M: The man who claims to be God and the man who doubts it -- both are deluded. They talk in their dream.

Q: If all is dreaming, what is waking?

M: How to describe the waking state in dreamland language? Words do not describe, they are only symbols.

Q: Again the same excuse that words cannot convey reality.

M: If you want words, I shall give you some of the ancient words of power. Repeat any of them ceaselessly; they can work wonders.

Q: Are you serious? Would you tell a Westerner to repeat 'Om' or 'Ram' or 'Hare Krishna' ceaselessly, though he lacks completely the faith and conviction born of the right cultural and religious background. Without confidence and fervour, repeating mechanically the same sounds, will he ever achieve anything?

M: Why not? It is the urge, the hidden motive that

verbálisan ismételtetted, hogy: 'adj, adj', semmit nem fogadsz el, amit kínálok. Én egy rövid és könnyű utat mutatok neked, hogy képessé válj látni, amit én látok, de te belecsimpaszkodsz régi gondolkodásod, érzéseid és cselekedeteid megszokásaiba, és minden felelősséget rám hárítasz. Nincs semmim, amivel te nem rendelkeznél. Az önismeret nem egy felajánlható és elfogadható tulajdonság. Ez egy teljesen új dimenzió, ahol semmi nem adható, vagy vehető.

K: Legalább arról adj némi betekintést számunkra, hogy mi az elméd tartalma, miközben mindennapi életedet éled. Enni, inni, beszélni, aludni – milyen érzések ezek számodra?

M: Az élet közönséges dolgait éppen úgy tapasztalom, mint te. A különbség abban van, amit nem tapasztalok. Nem tapasztalok félelmet vagy kapzsiságot, gyűlöletet vagy haragot. Nem kérdezek semmit, nem utasítok el semmit, nem tartok meg semmit. Részemről e dolgokban nincs kompromisszum. Lehet, hogy ez a szembetűnő különbség köztünk. Én kompromisszum nélkül, hű vagyok magamhoz, míg te félsz a valóságtól.

K: Nyugati nézőpontból van valami zavaró a módszereidben. Teljesen egyedül ülni egy sarokban, és folyamatosan ismételni: 'én vagyok Isten, Isten vagyok', tiszta örülségnek tűnik. Hogyan győzől meg egy nyugatit, hogy az ilyen gyakorlatok a legfelsőbb ésszerűséghez vezetnek?

M: Az, aki igényt támaszt rá, hogy Isten legyen, és az, aki kételkedik benne – mindketten rászédettek. Álmodban beszélnek.

K: Ha minden álom, mi a felébredés?

M: Hogyan lehetne az ébrenlét állapotát álomországi nyelven leírni? A szavak nem írják le semmit, azok csak szimbólumok.

K: Megint ugyanazon ürügy, hogy a szavak nem tudják közvetíteni a valóságot.

M: Ha szavakat akarsz, adhatok néhány ősi szót, amelyeknek ereje van. Ismételd bármelyiket szakadatlanul; csodákat tudnak véghezvinni.

K: Komolyan beszélsz? Azt mondanád egy nyugatinak, hogy ismételtesse szüntelen az 'Om', 'Ram' vagy 'Hare Krishna' szavakat, habár tökéletesen híján van a megfelelő kulturális és vallási háttér alapján született hitnek, és meggyőződésnek? Ugyanazon szavak meggyőződés és odaadás nélküli, mechanikus ismétlése, el fog-e valaha érni bármit is?

M: Miért ne? Az ösztönzés, a rejtett motiváció az,

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

matters, not the shape it takes. Whatever he does, if he does it for the sake of finding his own real self, will surely bring him to himself.

Q: No need of faith in the efficacy of the means?

M: No need of faith which is but expectation of results. Here the action only counts. Whatever you do for the sake of truth, will take you to truth. Only be earnest and honest. The shape it takes hardly matters.

Q: Then where is the need of giving expression to one's longing?

M: No need. Doing nothing is as good. Mere longing, undiluted by thought and action, pure, concentrated longing, will take you speedily to your goal. It is the true motive that matters, not the manner.

Q: Unbelievable. How can dull repetition in boredom verging on despair, be effective?

M: The very facts of repetition, of struggling on and on and of endurance and perseverance, in spite of boredom and despair and complete lack of conviction are really crucial. They are not important by themselves, but the sincerity behind them is all-important. There must be a push from within and pull from without.

Q: My questions are typical of the West. There people think in terms of cause and effect, means and goals. They do not see what causal connection can there be between a particular word and the Absolute Reality.

M: None whatsoever. But there is a connection between the word and its meaning, between the action and its motive. Spiritual practice is will asserted and re-asserted. Who has not the daring will not accept the real even when offered. Unwillingness born out of fear is the only obstacle.

Q: What is there to be afraid of?

M: The unknown. The not-being, not-knowing, not-doing. The beyond.

Q: You mean to say that while you can share the manner of your achievement, you cannot share the fruits?

M: Of course I can share the fruits and I am doing so all the time. But mine is a silent language. Learn to listen and understand.

ami számít, nem a forma amit felvesz. Akármint csinál, ha annak érdekében csinálja, hogy megtalálja saját valódi Énjét, bizonyosan elvezeti őt önmagához.

K: Nincs szükség az eszközök eredményességébe vetett hitre?

M: Semmi szükség olyan hitre, amely csak eredményeket vár el. Itt a cselekedet számít egyedül. Bármint teszel az igazság érdekében, az igazság felé visz. Csak légy komoly, és becsületes. A forma, amit felvesz, nemigen lényeges.

K: Akkor miért szükséges kifejezést adni az egyén vágyakozásának?

M: Nem szükséges. Semmit nem tenni ugyanilyen jó. A gondolatoktól és cselekedetektől hígítatlan, pusztá vágyakozás, a tiszta, koncentrált vágyakozás, gyorsan célodba fog juttatni. Az igaz motívum a lényeges, nem a módszer.

K: Hihetetlen. Hogyan lehet hatékony egy unalmas, a kétségbeesés széléig sodró ismételtetés?

M: Valójában az unalommal és kétségbeeséssel, valamint a meggyőződés teljes hiányával dacoló ismétlés, vég nélküli küszködés, kitartás, és állhatatosság az igazán lényegesek. Ezek nem önmagukban fontosak, hanem a mögöttük lévő őszinteség a létfontosságú. Szükség van egy belülről jövő nyomásra, és egy kívülről jövő húzásra.

K: Az én kérdéseim jellemzően nyugatiak. Ott az emberek ok és okozat kifejezéseiben, eszközökben és célokban gondolkodnak. Nem látják, hogy milyen oksági kapcsolat lehet egy különleges szó, és az Abszolút Valóság között.

M: Semmilyen sincs. Van viszont kapcsolat a szó és annak jelentése között, a cselekedet és annak motivációja között. A spirituális gyakorlat újra és újra kijelentésre kerülő akarát. Akinek nincs meg hozzá a bátorsága, nem fogja elérni a valóságot, akkor sem, amikor az felkínálkozik. A félelemből született vonakodás az egyetlen akadály.

K: Mitől kellene félni?

M: Az ismeretlentől. A nem-léttől, a nem-tudástól, a nem-cselekvéstől. A túlnantól.

K: Azt akarod mondani, hogy miközben meg tudod osztani a megvalósítás módját, nem tudod megosztani a gyümölcsöket?

M: Természetesen meg tudom osztani a gyümölcsöket, és ezt teszem egész idő alatt. De az én nyelvem hangtalan nyelv. Tanulj meg hallgatni,

Q: I do not see how one can begin without conviction.

M: Stay with me for some time, or give your mind to what I say and do and conviction will dawn.

Q: Not everybody has the chance of meeting you.

M: Meet your own self. Be with your own self, listen to it, obey it, cherish it, keep it in mind ceaselessly. You need no other guide. As long as your urge for truth affects your daily life, all is well with you. Live your life without hurting anybody. Harmlessness is a most powerful form of *Yoga* and it will take you speedily to your goal. This is what I call *nisarga yoga*, the Natural *yoga*. It is the art of living in peace and harmony, in friendliness and love. The fruit of it is happiness, uncaused and endless.

Q: Still, all this presupposes some faith.

M: Turn within and you will come to trust yourself. In everything else confidence comes with experience.

Q: When a man tells me that he knows something I do not know, I have the right to ask: 'what is it that you know, that I do not know?'

M: And if he tells you that it cannot be conveyed in words?

Q: Then I watch him closely and try to make out.

M: And this is exactly what I want you to do. Be interested, give attention, until a current of mutual understanding is established. Then the sharing will be easy. As a matter of fact, all realisation is only sharing. You enter a wider consciousness and share in it. Unwillingness to enter and to share is the only hindrance. I never talk of differences, for to me there are none. You do, so it is up to you to show them to me. By all means, show me the differences. For this you will have to understand me, but then you will no longer talk of differences. Understand one thing well, and you have arrived. What prevents you from knowing is not the lack of opportunity, but the lack of ability to focus in your mind what you want to understand. If you could but keep in mind what you do not know, it would reveal to you its secrets. But if you are shallow and impatient, not earnest enough to look and wait, you are like a child crying for the moon.

és megérted.

K: Nem értem, hogyan lehet elkezdni meggyőződés nélkül.

M: Maradj velem egy darabig, vagy add át az elmédet annak, amit mondok és csinállok, és meggyőződésre fogsz ébredni.

K: Nem mindenkinek van meg a lehetősége a veled való találkozásra.

M: Találkozz saját éneddel. Légy együtt saját éneddel, hallgass rá, engedelmességed neki, gyöngéden szeresd, szüntelenül tartsd észben. Nincs szükséged más vezetőre. Amíg az igazság iránti ellenállhatatlan vágyad áthatja mindennapi életedet, minden rendben van veled. Éld anélkül az életedet, hogy bárkit bántanál. Az ártalmatlanság a legerősebb *Yoga* forma, és gyorsan el fog vinni a céloddhoz. Ez az, amit én *nisarga yogának*, a Természetes *yogának* nevezek. Ez a békében és harmóniában, barátságosságban és szeretetben élés művészete. Aminek a gyümölcse ok nélküli, és végtelen boldogság.

K: De azért, mindez előfeltételez valamennyi hitet.

M: Fordulj befelé, és vissza fogod nyerni önmagad hitét. Minden másban a bizalom a tapasztalattal jön.

K: Amikor azt mondja valaki, hogy tud valamit, amit én nem, jogomban áll megkérdezni: 'mit tudsz te, amit én nem?'

M: És ha azt mondja neked, hogy nem lehet szavakkal közölni?

K: Akkor gondosan megfigyelem őt, és megpróbálom kitalálni.

M: És pontosan ezt akarom, hogy tedd. Érdeklődj, figyelj, míg a kölcsönös megértés meg nem valósul. Ezután könnyű lesz a részesülés. Alapjában véve minden megvalósulás csupán részesülés. Belépsz egy tágabb tudatosságba, és részesülsz belőle. A belépéstől és a részesüléstől való vonakodás az egyetlen akadály. Sosem beszélek különbségekről, mert számomra ilyenek nem léteznek. Neked igen, így módodban áll, hogy megmutasd azokat nekem. Mindenesetre, mutasd meg a különbségeket. Ehhez meg kell, hogy érts engem, de azután soha többé nem fogsz különbségekről beszélni. Egy dolgot érts meg jól, és akkor megérkeztél. Ami meggátol a megismerésben, az nem a lehetőség hiánya, hanem annak a képességnek a hiánya, hogy a megértendő dologra fókuszáld az elmédet. Ha csupán elmédben tudnád tartani, amit nem tudsz, már ez feltárná számodra annak titkait. De ha felületese, és türelmetlen vagy, nem elég komoly, hogy figyelj és

várj, akkor olyan vagy, mint a lehetetlent kívánó gyermek.

39. By Itself Nothing has Existence

Questioner: As I listen to you I find that it is useless to ask you questions. Whatever the question, you invariably turn it upon itself and bring me to the basic fact that I am living in an illusion of my own making and that reality is inexpressible in words. Words merely add to the confusion and the only wise course is the silent search within.

Maharaj: After all, it is the mind that creates illusion and it is the mind that gets free of it. Words may aggravate illusion, words may also help dispel it. There is nothing wrong in repeating the same truth again and again until it becomes reality. Mother's work is not over with the birth of the child. She feeds it day after day, year after year until it needs her no longer. People need hearing words, until facts speak to them louder than words.

Q: So we are children to be fed on words?

M: As long as you give importance to words, you are children.

Q: All right, then be our mother.

M: Where was the child before it was born? Was it not with the mother? Because it was already with the mother it could be born.

Q: Surely, the mother did not carry the child when she was a child herself.

M: Potentially, she was the mother. Go beyond the illusion of time.

Q: Your answer is always the same. A kind of clockwork which strikes the same hours again and again.

M: It can not be helped. Just like the one sun is reflected in a billion dew drops, so is the timeless endlessly repeated. When I repeat: 'I am, I am', I merely assert and re-assert an ever-present fact. You get tired of my words because you do not see the living truth behind them. Contact it and you will find the full meaning of words and of silence -- both.

Q: You say that the little girl is already the mother of her future child. Potentially -- yes. Actually -- no.

39. Semmi nem önmagától létezik

Kérdező: Téged hallgatva úgy látom, hogy nincs értelme kérdéseket feltenni. Akármilyen kérdés, te mindig visszajára fordítod, és ahhoz az alaptételhez jutunk vissza, hogy a saját magam gyártotta illúzióban élek, és a valóság nem kifejezhető szavakkal. A szavak csak a zűrzavart fokozzák, és az egyetlen bölcs út a csöndes belső keresés.

Maharaj: Elvégre az elme hozza létre az illúziót, és az elme szabadítja meg magát tőle. A szavak súlyosabbá tehetik az illúziót, a szavak segíthetik az eloszlátásukat is. Semmi baj nincs ugyanazon igazság újra és újra ismétlésével, míg az valósággá nem válik. Az anyák munkája nem ér véget a gyermek megszületésével. Táplálja őt nap nap után, év év után, amíg szükséges. Az embereknek mindaddig hallaniuk kell a szavakat, míg a számukra elmondott tények hangosabbakká nem válnak, mint a szavak.

K: Tehát gyermekek vagyunk, akiket szavakkal kell etetni?

M: Amíg jelentőséget tulajdonítasz a szavaknak, addig gyermek vagy.

K: Rendben, akkor légy az anyám.

M: Hol volt a gyermek, mielőtt megszületett? Nem volt az anyjával? Azért születhetett meg, mert már az anyjával volt.

K: Az anya biztosan nem hordta a gyermekét, mikor még ő maga is gyermek volt.

M: Potenciális anya volt. Lépj túl az idő illúzióján.

K: Mindig ugyanaz a válasz. Mint egy óramű, amely ugyanazt az órát üti újra és újra.

M: Ezen nem lehet segíteni. Amint a nap a milliárdnyi harmatcseppben tükröződik, úgy ismétlődik vég nélkül az időtlen. Amikor azt ismétlgetem, hogy 'én vagyok, én vagyok', akkor csupán egy mindig jelenlévő tényről jelentek ki újra és újra. Unod a szavaimat, mert nem látod mögöttük az élő igazságot. Teremts velem kapcsolatot, és meg fogod találni az értelmét a szavaknak és a csöndnek – egyaránt.

K: Azt mondod, hogy már a kislány anyja jövőbeni gyermekének. Potenciálisan – igen. Ténylegesen –

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: The potential becomes actual by thinking. The body and its affairs exist in the mind.

Q: And the mind is consciousness in motion and consciousness is the conditioned (*saguna*) aspect of the Self. The unconditioned (*nirguna*) is another aspect and beyond lies the abyss of the absolute (*paramartha*).

M: Quite right -- you have put it beautifully.

Q: But these are mere words to me. Hearing and repeating them is not enough, they must be experienced.

M: Nothing stops you but preoccupation with the outer which prevents you from focussing the inner. It cannot be helped, you cannot skip your *sadhana*. You have to turn away from the world and go within, until the inner and the outer merge and you can go beyond the conditioned, whether inner or outer.

Q: Surely, the unconditioned is merely an idea in the conditioned mind. By itself it has no existence.

M: By itself nothing has existence. Everything needs its own absence. To be, is to be distinguishable, to be here and not there, to be now and not then, to be thus and not otherwise. Like water is shaped by the container, so is everything determined by conditions (*gunas*). As water remains water regardless of the vessels, as light remains itself regardless of the colours it brings out, so does the real remain real, regardless of conditions in which it is reflected. Why keep the reflection only in the focus of consciousness? Why not the real itself?

Q: Consciousness itself is a reflection. How can it hold the real?

M: To know that consciousness and its content are but reflections, changeful and transient, is the focussing of the real. The refusal to see the snake in the rope is the necessary condition for seeing the rope.

Q: Only necessary, or also sufficient?

M: One must also know that a rope exists and looks like a snake. Similarly, one must know that the real exists and is of the nature of witness-consciousness. Of course it is beyond the witness, but to enter it one must first realise the state of pure witnessing. The awareness of conditions brings one to the

nem.

M: A potenciálisból gondolkodás révén válik tényleges. A test és annak viszonyai az elmében léteznek.

K: És az elme mozgásban lévő tudatosság, és a tudatosság a kondicionált (*saguna*) aspektusa az Énnék. A kondicionálatlan (*nirguna*) a másik aspektus, és az abszolút (*paramartha*) szakadéknak a túloldalán fekszik.

M: Ez tökéletesen így van – szépen fogalmaztál.

K: De ezek pusztán szavak számomra. Hallani és ismételni őket nem elég, tapasztalni kell őket.

M: Semmi nem akadályoz, a külsőbe való belefeledkezésed gátol csupán, hogy a belsőre koncentrálj. Ezt nem lehet segíteni, *sadhanádat* nem ugorhatod át. El kell fordulnod a világtól, és befelé kell haladnod, amíg a belső és a külső össze nem olvad, és túl nem léphetsz a kondicionálton, legyen az belső, vagy külső.

K: A kondicionálatlan bizonyára a kondicionált elme egy ideája csupán. Nem önmagától létezik.

M: Önmagától semmi nem létezik. Minden feltételezi önmaga hiányát. Lenni annyi, mint megkülönböztethetőnek lenni, itt lenni és nem ott, most lenni és nem akkor, így lenni és nem másképpen. Mint ahogy a víz alakját az edény határozza meg, úgy determinálnak mindent a feltételek (*gunák*). Ahogy a víz víz marad, tekintet nélkül az edényre, ahogy a fény önmagával azonos marad, függetlenül a színtől, amit kifejez, úgy marad meg a valós valóságnak, függetlenül a feltételektől, amelyek között tükrözésre kerül. Miért csupán a tükörképet tartod a tudatosság fókuszában? Miért nem a valóságot magát?

K: A tudatosság önmaga is egy visszatükröződés. Hogyan hordozná a valóságot?

M: Tudni, hogy a tudatosság és annak tartalma csak visszatükröződések, amelyek változékonyak és mulandók, az a valóságra való fókuszálás. Annak a szükséges feltétele, hogy lásd a kötelet, annak az elutasítása, hogy kígyónak lásd a kötelet.

K: Csak szükséges, vagy elégséges is?

M: Az embernek tudnia is kell, hogy a kötél létezik, és kígyóhoz hasonlít. Hasonlóképpen, az embernek tudnia kell, hogy a valóság létezik, és hogy tanú-tudatosság természetű. Természetesen túl van a tanúságon, de a belelépéshez az embernek fel kell ismernie először a tiszta tudatosság állapotát. A

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

unconditioned.

feltételekről való tudomás indítja az embert a kondicionálatlan felé.

Q: Can the unconditioned be experienced?

K: Megtapasztalható a kondicionálatlan?

M: To know the conditioned as conditioned is all that can be said about the unconditioned. Positive terms are mere hints and misleading.

M: A kondicionáltat kondicionálnak ismerni, ez minden, ami a kondicionálatlannal kapcsolatban mondható. A pozitív kifejezések utalások, és félrevezetések csupán.

Q: Can we talk of witnessing the real?

K: Beszélhetünk-e a valóság tanúságáról?

M: How can we? We can talk only of the unreal, the illusory, the transient, the conditioned. To go beyond, we must pass through total negation of everything as having independent existence. All things depend.

M: Hogy tudnánk beszélni? Beszélni csak a valótlanról, az illuzórikusról, a mulandóról, a kondicionáltról tudunk. A túllépés felé csak a minden független létezéssel bíró dolog totális tagadásán keresztül haladhatunk. Minden dolog függ valamitől.

Q: On what do they depend?

K: Mitől függenek?

M: On consciousness. And consciousness depends on the witness.

M: A tudatosságtól. És a tudatosság a tanútól függ.

Q: And the witness depends on the real?

K: És a tanú a valóságtól függ?

M: The witness is the reflection of the real in all its purity. It depends on the condition of the mind. Where clarity and detachment predominate, the witness-consciousness comes into being. It is just like saying that where the water is clear and quiet, the image of the moon appears. Or like daylight that appears as sparkle in the diamond.

M: A tanú a valóság visszatükröződése, annak minden tisztaságában. Az elme feltételének függvénye. Ahol tisztaság és elfogulatlanság uralkodik, ott létrejön a tanú-tudatosság. Éppen úgy, ahogy a tiszta és nyugodt víz felszínén megjelenik a hold képe. Vagy mint a napsugár, amely csillogásként jelenik meg a gyémánton.

Q: Can there be consciousness without the witness?

K: Létezhet tudatosság a tanú nélkül?

M: Without the witness it becomes unconsciousness, just living. The witness is latent in every state of consciousness, just like light in every colour. There can be no knowledge without the knower and no knower without his witness. Not only you know, but you know that you know.

M: A tanú nélkül tudattalansággá válik, csak élővé. A tanú benne rejlik a tudatosság minden állapotában, mint ahogy a fény is az összes színben. Nem létezhet tudomás tudó nélkül, és nem létezhet tudó az ő tanúja nélkül. Nem csak tudsz, hanem tudod is, hogy tudsz.

Q: If the unconditioned cannot be experienced, for all experience is conditioned, then why talk of it at all?

K: Ha a kondicionálatlan nem tapasztalható, mert minden tapasztalat kondicionált, akkor miért beszélünk róla egyáltalán?

M: How can there be knowledge of the conditioned without the unconditioned? There must be a source from which all this flows, a foundation on which all stands. Self-realisation is primarily the knowledge of one's conditioning and the awareness that the infinite variety of conditions depends on our infinite ability to be conditioned and to give rise to variety. To the conditioned mind the unconditioned appears as the totality as well as the absence of everything. Neither can be directly experienced, but this does not make it not-existent.

M: A kondicionálatlan nélkül hogyan lehetne tudomásod a kondicionáltról? Kell lennie egy forrásnak, ahonnan mindkettő ered, egy alapnak, amelyen mindkettő áll. Az ön-megvalósítás elsősorban azt jelenti, hogy az ember tudja magáról, hogy kondicionált, valamint tudomása van arról, hogy a kondíciók azért végtelenül változatosak, mert végtelen a képességünk a kondicionáltságra, és a változatoság előidézésére. A kondicionált elme számára a kondicionálatlan úgy jelenik meg, mint totalitás, ugyanakkor mint mindennek a hiánya. Egyik sem tapasztalható közvetlenül, de ez nem teszi nem létezővé.

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

Q: Is it not a feeling?

M: A feeling too is a state of mind. Just like a healthy body does not call for attention, so is the unconditioned free from experience. Take the experience of death. The ordinary man is afraid to die, because he is afraid of change. The *gnani* is not afraid because his mind is dead already. He does not think: 'I live'. He knows: 'There is life'. There is no change in it and no death. Death appears to be a change in time and space. Where there is neither time nor space, how can there be death? The *gnani* is already dead to name and shape. How can their loss affect him? The man in the train travels from place to place, but the man off the train goes nowhere, for he is not bound for a destination. He has nowhere to go, nothing to do, nothing to become. Those who make plans will be born to carry them out. Those who make no plans need not be born.

Q: What is the purpose of pain and pleasure?

M: Do they exist by themselves, or only in the mind?

Q: Still, they exist. Never mind the mind.

M: Pain and pleasure are merely symptoms, the results of wrong knowledge and wrong feeling. A result cannot have a purpose of its own.

Q: In God's economy everything must have a purpose.

M: Do you know God that you talk of him so freely? What is God to you? A sound, a word on paper, an idea in the mind?

Q: By his power I am born and kept alive.

M: And suffer, and die. Are you glad?

Q: It may be my own fault that I suffer and die. I was created unto life eternal.

M: Why eternal in the future and not in the past. What has a beginning must have an end. Only the beginningless is endless.

Q: God may be a mere concept, a working theory. A very useful concept all the same.

M: For this it must be free of inner contradictions, which is not the case. Why not work on the theory that you are your own creation and creator. At least there will be no external God to battle with.

K: Ez nem egy érzés?

M: Az érzés is elmeállapot. Ahogy az egészséges test sem hívja fel magára a figyelmet, úgy a kondicionálatlan is mentes a tapasztalattól. Vegyük a halál tapasztalatát. Az átlagember fél a haláltól, mert fél a változástól. A *gnani* nem fél, mert az ő elméje már halott. Nem gondolja azt, hogy 'én élek'. Tudja, hogy 'élet van benne'. Nincs benne változás, és nincs benne halál. A halál mint idő- és térbeli változás jelenik meg. Ahol nincs sem idő, sem tér, ott hogyan lehetne halál? A *gnani* már halott a nevet és formát illetően. Hogyan érinthetné őt ezek elvesztése? Aki vonaton ül, az városról városra utazik, de aki leszállt a vonatról, az sehová sem megy, mert nem kötődik célhoz. Nem kell mennie sehová, nem kell tennie semmit, nem kell válnia semmivé. Azok, akik terveket készítenek, meg fognak születni, hogy azokat végrehajtsák. Akiknek nincs terveik, azoknak nem kell megszületniük.

K: Mi a célja a fájdalomnak és az élvezetnek?

M: Önálló létezők ezek, vagy csak az elmében léteznek?

K: Mindazonáltal léteznek. Hagyjuk az elmét.

M: A fájdalom és az élvezet kórtünetek csupán, rossz tudás és rossz érzés eredményei. Egy eredmény nem lehet önmaga célja.

K: Isten gazdaságában mindennek kell legyen célja.

M: Ismered Istent, hogy ilyen fesztelenül beszélsz róla? Mit jelent számodra Isten? Egy hangot, egy papírra vetett szót, egy ideát az elmében?

K: Az ő hatalma által születtem, és vagyok életben.

M: És szenvedsz, és meghalsz. Boldog vagy?

K: Lehet, hogy az én hibám, hogy szenvedek és meghalok. Örök életre lettem teremtve.

M: A jövő felé miért örök, és a múlt felé miért nem az? Aminek kezdete van, vége is kell, hogy legyen. Egyedül a kezdet nélküli végtelen.

K: Lehet, hogy Isten egy koncepció csupán, egy munka teória. Ámbár egy nagyon hasznos koncepció.

M: Ehhez mentesnek kellene lennie a belső ellentmondásoktól, de nem ez a helyzet. Miért nem az a munka teóriád, hogy te vagy saját teremtményed, és teremtőd? Legalább nem lenne egy külső Isten, akivel harcolni kell.

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

Q: This world is so rich and complex -- how could I create it?

M: Do you know yourself enough to know what you can do and what you cannot? You do not know your own powers. You never investigated. Begin with yourself now.

Q: Everybody believes in God.

M: To me you are your own God. But if you think otherwise, think to the end. If there be God, then all is God's and all is for the best. Welcome all that comes with a glad and thankful heart. And love all creatures. This too will take you to your Self.

40. Only the Self is Real

Maharaj: The world is but a show, glittering and empty. It is, and yet is not. It is there as long as I want to see it and take part in it. When I cease caring, it dissolves. It has no cause and serves no purpose. It just happens when we are absent-minded. It appears exactly as it looks, but there is no depth in it, nor meaning. Only the onlooker is real. Call him Self or *Atma*. To the Self the world is but a colourful show, which he enjoys as long as it lasts and forgets when it is over. Whatever happens on the stage makes him shudder in terror or roll with laughter, yet all the time he is aware that it is but a show. Without desire or fear he enjoys it, as it happens.

Questioner: The person immersed in the world has a life of many flavours. He weeps, he laughs, loves and hates, desires and fears, suffers and rejoices. The desireless and fearless *gnani*, what life has he? Is he not left high and dry in his aloofness?

M: His state is not so desolate. It tastes of the pure, uncaused, undiluted bliss. He is happy and fully aware that happiness is his very nature and that he need not do anything, nor strive for anything to secure it. It follows him, more real than the body, nearer than the mind itself. You imagine that without cause there can be no happiness. To me dependence on anything for happiness is utter misery. Pleasure and pain have causes, while my state is my own, totally uncaused, independent, unassailable.

Q: Like a play on the stage?

M: The play was written, planned and rehearsed. The world just spouts into being out of nothing and

K: Ez a világ annyira gazdag és bonyolult – hogyan tudtam volna én megteremteni?

M: Ismered magad eléggé, hogy mit tudsz, és mit nem tudsz? Nem ismered a saját hatalmat. Sohasem vizsgálódtál. Kezdd most magaddal.

K: Mindenki hisz Istenben.

M: Számomra te vagy saját Istened. De ha te másképp gondolsz, gondold végig. Ha van Isten, akkor minden Istené, és minden a legjobban van. Mindent, ami jön, üdvözölj örömmel és hálás szívvel. És szeress minden teremtményt. Ez szintén Énedhez fog vezetni téged.

40. Csak az Én valóságos

Maharaj: A világ csupán egy show, csillogó és üres. Van, és még sincs. Addig van, amíg látni akarom, és részt akarok venni benne. Amikor beszüntetem a vele való törődést, szertefoszlik. Nincs semmilyen oka, és nem szolgál semmilyen célt. Csak megtörténik, amikor figyelmetlenek vagyunk. Pontosan olyannak mutatkozik, amilyennek kinéz, de nincs sem mélysége, sem jelentése. Csak a szemlélő valódi. Nevezzük őt úgy, hogy Én, vagy *Atma*. Az Én számára a világ csak egy színpompás show, amit amíg tart, addig élvezi, és amikor véget ér, elfelejti. Akármilyen történik a színpadon, ami miatt reszketés fogja el a rémülettől, vagy gurul a nevetéstől, mégis egész idő alatt tudatában van, hogy az csak egy show. Vágy és félelem nélkül élvezi azt, ahogyan megtörténik.

Kérdező: A világba belemerült személynek sokszínű élete van. Sír, nevet, szeret és gyűlöl, vágyakozik és fél, szenved, és örömet érez. A vágy- és félelem nélküli gnaninak milyen élete van? Nem cserbenhagyottság az ő közömbössége?

M: Nem olyan magányos az ő állapota. A tiszta, önmagától való, koncentrált boldogságot élvezi. Boldog, és tökéletesen tudatában van, hogy a boldogság az ő valódi természete, és hogy nincs szüksége semmire, s nem is törekszik semminek a megszerzésére. A boldogság követi őt, sokkal valóságosabb, mint a test, közelebb van, mint az elme maga. A te elképzelésed szerint ok nélkül nem lehetséges boldogság. Számomra a boldogság bármitől való függővé tétele a legteljesebb szenvedés. Az élvezetnek és a fájdalomnak oka van, míg az én saját állapotom teljesen ok nélküli, független, megátadhatatlan.

K: Mint egy színdarab?

M: A darabot írták, rendezték és próbálták. A világ csak beárad a létbe a semmiből, és a semmibe tér

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

returns to nothing.

Q: Is there no creator? Was not the world in the mind of *Brahma*, before it was created?

M: As long as you are outside my state, you will have Creators, Preservers and Destroyers, but once with me you will know the Self only and see yourself in all.

Q: You function nevertheless.

M: When you are giddy, you see the world running circles round you. Obsessed with the idea of means and end, of work and purpose, you see me apparently functioning. In reality I only look. Whatever is done, is done on the stage. Joy and sorrow life and death, they all are real to the man in bondage; to me they are all in the show, as unreal as the show itself.

I may perceive the world just like you, but you believe to be in it, while I see it as an iridescent drop in the vast expanse of consciousness.

Q: We are all getting old. Old age is not pleasant -- all aches and pains, weakness and the approaching end. How does a *gnani* feel as an old man? How does his inner self look at his own senility?

M: As he gets older he grows more and more happy and peaceful. After all, he is going home. Like a traveller nearing his destination and collecting his luggage, he leaves the train without regret.

Q: Surely there is a contradiction. We are told the *gnani* is beyond all change. His happiness neither grows nor wanes. How can he grow happier because older, and that in spite of physical weakness and so on?

M: There is no contradiction. The reel of destiny is coming to its end -- the mind is happy. The mist of bodily existence is lifting -- the burden of the body is growing less from day to day.

Q: Let us say, the *gnani* is ill. He has caught some flu and every joint aches and burns. What is his state of mind?

M: Every sensation is contemplated in perfect equanimity. There is no desire for it, nor refusal. It is as it is and then he looks at it with a smile of affectionate detachment.

Q: He may be detached from his own suffering, but

vissza.

K: Nincs teremtő? Nem volt benne a világ *Brahma* elméjében, mielőtt megteremtette azt?

M: Mindaddig, amíg nem vagy az én állapotomban, lesznek Teremtőd, Megőrződ és Pusztítőd, de amint elérsz hozzám, csak az Ént fogod ismerni, és mindenben magadat fogod látni.

K: Mégiscsak funkcionálsz.

M: Amikor szédülsz, úgy látod, hogy forog körülötted a világ. Szándékok és megvalósítások, cselekedetek és célok ideájától megszállott vagy, ezért látszólagosan funkcionálnak látsz engem. Valójában pedig, csak szemlélődök. Bármilyen történik, a színpadon történik. Öröm, szomorúság, élet és halál, ezek mind valóságosak a kötöttségben lévő ember számára; az én számomra mindezek a show részei, éppúgy valótlanok, mint a maga show.

Ugyanúgy észlelni vagyok képes a világot, mint te, de te benne lévőnek hiszed magad, én ellenben úgy látom, mint egy szivárványszínekben játszó cseppet a határtalan kiterjedésű tudatosságban.

K: Mindannyian megöregszünk. Az öregkor nem kellemes – mindenféle sajgások és fájdalom, gyengeség, és a közelgő vég. Hogyan érzi magát egy *gnani* öreg emberként? Hogyan tekint belső énjé saját szenilitására?

M: Ahogy öregszik, úgy lesz egyre jobban és jobban boldog és békés. Elvégre haza készül. Mint egy utazó, aki céljához közeledve összeszedi a csomagokat, sajnálat nélkül elhagyja a vonatot.

K: Itt valamilyen ellentmondás van, bizonyára. Azt hallottuk, hogy a *gnani* túl van minden változáson. Boldogsága nem növekszik, és nem csökken. Hogyan nőhetne a boldogsága azért mert öregszik, dacára testi gyengeségének, stb.?

M: Nincs semmiféle ellentmondás. A sors gombolyagja a végéhez közeledik – az elme boldog. A testi létezés köde oszlóban van – a test terhe napról napra csökken.

K: Tegyük fel, hogy a *gnani* megbetegszik. Elkaptott valamilyen influenzát, összes ízülete fáj, és lángol. Mi most az elméjének az állapota?

M: Minden benyomást tökéletes lelki nyugalommal szemlél. Nincs benne iránta sem vágy, sem elutasítás. Van, ahogy van, és a szerető elkülönültség mosolyával szemléli.

K: Lehet, hogy elkülönült a saját szenvedésétől, de

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

still it is there.

M: It is there, but it does not matter. Whatever state I am in, I see it as a state of mind to be accepted as it is.

Q: Pain is pain. You experience it all the same.

M: He who experiences the body, experiences its pains and pleasures. I am neither the body, nor the experiencer of the body.

Q: Let us say you are twenty-five years old. Your marriage is arranged and performed, and the household duties crowd upon you. How would you feel?

M: Just as I feel now. You keep on insisting that my inner state is moulded by outer events. It is just not so. Whatever happens, I remain. At the root of my being is pure awareness, a speck of intense light. This speck, by its very nature, radiates and creates pictures in space and events in time -- effortlessly and spontaneously. As long as it is merely aware there are no problems. But when the discriminative mind comes into being and creates distinctions, pleasure and pain arise. During sleep the mind is in abeyance and so are pain and pleasure. The process of creation continues, but no notice is taken. The mind is a form of consciousness, and consciousness is an aspect of life. Life creates everything but the Supreme is beyond all.

Q: The Supreme is the master and consciousness -- his servant.

M: The master is in consciousness, not beyond it. In terms of consciousness the Supreme is both creation and dissolution, concretion and abstraction, the focal and the universal. It is also neither. Words do not reach there, nor mind.

Q: The *gnani* seems to be a very lonely being, all by himself.

M: He is alone, but he is all. He is not even a being. He is the beingness of all beings. Not even that. No words apply. He is what he is, the ground from which all grows.

Q: Are you not afraid to die?

M: I shall tell you how my Guru's Guru died. After announcing that his end was nearing, he stopped eating, without changing the routine of his daily life.

azért az ott van.

M: Ott van, de nem számít. Bármilyen állapotban vagyok, azt úgy tekintem, mint az elme egy állapotát, amit úgy fogadok el, ahogy van.

K: A fájdalom az fájdalom. Mégiscsak átéled.

M: Aki tapasztalja a testet, tapasztalja annak fájdalmát és élvezetét. Én sem a test, sem a test tapasztalója nem vagyok.

K: Tegyük fel, hogy huszonöt éves vagy. Házasságod rendezett és működő, és házastársi kötelességeidben akadályoztatva vagy. Hogy éreznéd magad?

M: Épp ahogy most érzem magam. Te továbbra is azt bizonygatod, hogy a belső állapotomat külső események formálják. Ez éppen, hogy nem így van. Bármí történik, én ugyanaz maradok. A létem a tiszta tudatosságból gyökerezik, az intenzív fény szikrája. Ez a szikra, valódi természeténél fogva, képeket hoz létre és sugároz a térben, és eseményeket az időben – erőfeszítés nélkül, és spontán. Amíg az tudatosság csupán, addig nincsenek problémák. De amikor megszületik a megkülönböztető elme, és különbségeket hoz létre, élvezet és fájdalom keletkezik. Alváskor az elme hatályon kívül van, így a fájdalom és az élvezet is. A teremtés folyamata folytatódik, de nem kerül tudomásul vételre. Az elme a tudatosságnak egy formája, és a tudatosság az életnek egy aspektusa. Az élet hoz létre mindent, de a Legfelsőbb mindenek felett áll.

K: A Legfelsőbb a mester, és a tudatosság – a szolgálója.

M: A mester a tudatosságban van, nem a felett. A tudatosság kifejezőmódjával a Legfelsőbb azonos mind a teremtéssel, mind a felbomlással, mind a konkretizálással, mind az absztrakcióval, mind a fokálissal, mind az univerzálissal. Ugyanakkor egyikkel sem. A szavak nem érnek el odáig, sem az elme.

K: A *gnani* egy nagyon magányos lénynek tűnik, mint aki teljesen egyedül van.

M: Egyedül van, de ő minden. Még csak nem is lény. Ő minden lény létezése. De még az sem. A szavak itt alkalmatlanok. Ő az ami, a talaj, amiből minden kinő.

K: Nem félsz a haláltól?

M: Elmesélem, hogyan halt meg a Gurum Guruja. A bejelentés után, hogy életét hamarosan befejezi, abbahagyta az evést, anélkül, hogy napi életének

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

On the eleventh day, at prayer time he was singing and clapping vigorously and suddenly died. Just like that, between two movements, like a blown out candle. Everybody dies as he lives. I am not afraid of death, because I am not afraid of life. I live a happy life and shall die a happy death. Misery is to be born, not to die. All depends how you look at it.

Q: There can be no evidence of your state. All I know about it is what you say. All I see is a very interesting old man.

M: You are the interesting old man, not me. I was never born. How can I grow old? What I appear to be to you exists only in your mind. I am not concerned with it.

Q: Even as a dream you are a most unusual dream.

M: I am a dream that can wake you up. You will have the proof of it in your very waking up.

Q: Imagine, news reach you that I have died. Somebody tells you: 'You know so-and-so? He died'. What would be your reaction?

M: I would be very happy to have you back home. Really glad to see you out of this foolishness.

Q: Which foolishness?

M: Of thinking that you were born and will die, that you are a body displaying a mind and all such nonsense. In my world nobody is born and nobody dies. Some people go on a journey and come back, some never leave. What difference does it make since they travel in dream lands, each wrapped up in his own dream. Only the waking up is important. It is enough to know the 'I am' as reality and also love.

Q: My approach is not so absolute, hence my question. Throughout the West people are in search of something real. They turn to science, which tells them a lot about matter, a little about the mind and nothing about the nature and purpose of consciousness. To them reality is objective, outside the observable and describable, directly or by inference; about the subjective aspect of reality they know nothing. It is extremely important to let them know that there is reality and it is to be found in the freedom of consciousness from matter and its limitations and distortions. Most of the people in the world just do not know that there is reality which can be found and experienced in consciousness. It seems very important that they should hear the good news from somebody who has actually experienced. Such witnesses have always existed and their

gyakorlatán változtatott volna. A tizenegyedik napon, az imádkozás során erőteljesen énekelt és tapsolt, majd hirtelen meghalt. Csak így, két mozdulat között, mint amikor elfújnak egy gyertyát. Mindenki úgy hal meg, ahogy él. Nem félek a haláltól, mert nem félek az élettől. Boldog életet élek, és boldogan fogok meghalni. A megszületés a szenvedés, nem a halál. Minden attól függ, hogyan tekintesz rá.

K: Semmi látható jele az állapotodnak. Csak annyit tudok róla, amennyit elmondasz. Csupán egy nagyon érdekes öreg embert látok.

M: Te vagy az érdekes öregember, nem én. Én sohasem születtem. Hogyan öregedhetnék meg? Az, aminek számodra látszom, csak a te elmédben létezik. Nekem nincs közöm hozzá.

K: Még álomnak is nagyon szokatlan álom vagy.

M: Én egy olyan álom vagyok, amely felébreszthet téged. Látni fogod a bizonyítékát, mikor felébredsz.

K: Képzeld el, hogy hírt kapsz a halálomról. Valaki közli veled: 'ismered ezt-és-ezt? Meghalt.' Mi lenne a reakciód?

M: Nagyon boldog lennék, hogy hazaérkeztél. Boldog vagyok, hogy látlak ez után az ostobaság után.

K: Milyen ostobaság után?

M: Hogy azt gondolod, hogy születnél, és meg fogsz halni, hogy te egy elmét megjelenítő test vagy, és hasonló ostobaságok. Az én világomban senki nem születik és senki nem hal meg. Vannak, akik útnak indulnak, és visszajönnek, vannak, akik soha nem mennek el. Ami a különbség, hogy álom országokba utaznak, mindegyik a saját álmába merül. Csak a felébredés fontos. Elég csak az 'én vagyok'-ot realitásnak tudni, és a szeretetet.

K: Az én álláspontom nem ennyire abszolút, ezért volt a kérdésem. Nyugat szerte az emberek állandóan valami valóságosat keresnek. A tudományhoz fordulnak, amely sokat mond nekik az anyagról, keveset az elméről, és semmit sem a tudatosság természetéről, és céljáról. Számukra a valóság objektív, a közvetlen, vagy következtetés útján történő megfigyelhetőségen, és leírhatóságon kívül álló; a valóság szubjektív aspektusáról semmit sem tudnak. Rendkívül fontos lenne a tudásukra hozni, hogy a valóság a tudatosságnak az anyagtól és annak korlátaitól, torzulásaitól való függetlenségben keresendő. A legtöbb ember a világon alig tud arról, hogy a valóság a tudatosságban található, és ott tapasztalható. Nagyon fontosnak tűnik, hogy hallják a jó hírt valakitől, aki ténylegesen tapasztalattal bír. Ilyen

testimony is precious.

M: Of course. The gospel of self-realisation, once heard, will never be forgotten. Like a seed left in the ground, it will wait for the right season and sprout and grow into a mighty tree.

41. Develop the Witness Attitude

Questioner: What is the daily and hourly state of mind of a realised man? How does he see, hear, eat, drink, wake and sleep, work and rest? What proof is there of his state as different from ours? Apart from the verbal testimony of the so-called realised people, is there no way of verifying their state objectively. Are there not some observable differences in their physiological and nervous responses, in their metabolism, or brain waves, or in their psychosomatic structure?

Maharaj: You may find differences, or you may not. All depends on your capacity of observation. The objective differences are however, the least important. What matters is their outlook, their attitude, which is that of total detachment, aloofness, standing apart.

Q: Does not a *gnani* feel sorrow when his child dies, does he not suffer?

M: He suffers with those who suffer. The event itself is of little importance, but he is full of compassion for the suffering being, whether alive or dead, in the body or out of it. After all, love and compassion are his very nature. He is one with all that lives and love is that oneness in action.

Q: People are very much afraid of death.

M: The *gnani* is afraid of nothing. But he pities the man who is afraid. After all to be born, to live and to die is natural. To be afraid is not. To the event, of course, attention is given.

Q: Imagine you are ill -- high fever, aches, shivers. The doctor tells you the condition is serious, there are only a few days to live. What would be your first reaction?

M: No reaction. As it is natural for the incense stick to burn out, so it is natural for the body to die. Really, it is a matter of very little importance. What matters is that I am neither the body nor the mind. / *am*.

Q: Your family will be desperate, of course. What

tanúk mindig léteztek, és az ő tanúságuk rendkívül értékes.

M: Természetesen. Ha egyszer is hallottad az önmegvalósítás evangéliumát, soha nem felejtet el. Miként a földbe került mag, várni fog a jó évszakra, kicsírázik, és hatalmas fává növekszik.

41. A tanúság attitűd kifejlesztése

Kérdező: Mi a minden napi és -óránkénti állapota a megvalósult embernek? Hogyan lát, hall, eszik, iszik, ébred és alszik, dolgozik és pihen? Mi a bizonyíték, hogy az ő állapota más, mint a mienk? Az úgynevezett megvalósult emberek verbális tanúságtételén kívül nincs módszer az állapotuk objektív módon való ellenőrzésére. Nincs semmilyen észlelhető különbség fiziológiai és idegrendszeri reakcióikban, anyagcseréjükben, vagy pszichoszomatikus struktúrájukban?

Maharaj: Lehet, hogy találsz különbségeket, lehet, hogy nem. Minden a megfigyelőképességedtől függ. Az objektív különbségek azonban kevésbé fontosak. Ami számít, az a szemléletmódjuk, attitűdjük, amely a totális elfogulatlanság, közömbösség, távol állás.

K: Nem érez egy *gnani* szomorúságot, amikor a gyermeke meghal, nem szenved ilyenkor?

M: Együtt szenved a szenvedőkkel. Az esemény maga kis jelentőséggel bír, de teljes részvétet érez a szenvedő lény iránt, legyen az élő, vagy holt, testben lévő, vagy azon kívüli. Tulajdonképpen a szeretet és együttérzés neki valóságos természete. Mindennel egy, ami él, és a szeretet azonos módon benne van minden cselekedetében.

K: Az emberek nagyon félnek a haláltól.

M: A *gnani* nem fél semmitől. De szánja azokat, akik félnek. Hiszen születni, élni és meghalni természetes dolgok. Félni nem az. Az eseményekre, természetesen, oda kell figyelni.

K: Képzeld el, hogy beteg vagy – magas láz, fájdalmak, reszketés. Az orvos szerint az állapotod súlyos, már csak néhány napod van. Mi lenne az első reakciód?

M: Nem lenne semmiféle reakcióm. Ahogy egy füstölő pálcika esetében természetes, hogy elég, úgy egy test esetén is természetes, hogy meghal. Valójában, ez a dolog nagyon kevésbé fontos. Ami számít az az, hogy sem a test, sem az elme nem én vagyok. *Én vagyok*.

K: A családod kétségbeesett lenne, persze. Mit

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

would you tell them?

M: The usual stuff: fear not, life goes on, God will protect you, we shall be soon together again and so on. But to me the entire commotion is meaningless, for I am not the entity that imagines itself alive or dead. I am neither born nor can I die. I have nothing to remember or to forget.

Q: What about the prayers for the dead?

M: By all means pray for the dead. It pleases them very much. They are flattered. The *gnani* does not need your prayers. He is himself the answer to your prayers.

Q: How does the *gnani* fare after death?

M: The *gnani* is dead already. Do you expect him to die again?

Q: Surely, the dissolution of the body is an important event even to a *gnani*.

M: There are no important events for a *gnani*, except when somebody reaches the highest goal. Then only his heart rejoices. All else is of no concern. The entire universe is his body, all life is his life. As in a city of lights, when one bulb burns out, it does not affect the network, so the death of a body does not affect the whole.

Q: The particular may not matter to the whole, but it does matter to the particular. The whole is an abstraction, the particular, the concrete, is real.

M: That is what you say. To me it may be the other way -- the whole is real, the part comes and goes. The particular is born and reborn, changing name and shape, the *gnani* is the Changeless Reality, which makes the changeful possible. But he cannot give you the conviction. It must come with your own experience. With me all is one, all is equal.

Q: Are sin and virtue one and the same?

M: These are all man-made values. What are they to me? What ends in happiness is virtue, what ends in sorrow is sin. Both are states of mind. Mine is not a State of mind.

Q: We are like the blind people at a loss to understand what does it mean to see.

M: You can put it as you like.

mondanál nekik?

M: A szokásos szöveget: nem kell félni, az élet megy tovább, Isten megoltalmaz téged, hamarosan újra együtt leszünk, stb. De számomra ez az egész hűhó értelmetlen, mert én nem az az entitás vagyok, amely élőnek képzelet magát, vagy halottnak. Én nem születtem, és nem meghalni sem tudok. Nincs emlékezni, vagy felejteni valóm.

K: Mi a helyzet a haldoklóért mondott imádsággal?

M: Imádkozz a halottért, természetesen. Nagy örömet okozol nekik vele. Hízgelő számukra. A *gnani* nem igényli az imádat. Ő maga a válasz az imádra.

K: Mi történik a *gnanival* a halála után?

M: A *gnani* már halott. Azt várod, hogy ismét meghaljon?

K: Bizonyára, a test megsemmisülése még egy *gnaninak* is fontos esemény.

M: Egy *gnani* számára nincsenek fontos események, kivéve, mikor eléri valaki a legmagasabb célt. Akkor csak a szíve örvendezik. Minden más tekintetben érintetlen marad. Az egész univerzum az ő teste, minden élet az ő élete. Ahogy a városi világítás esetén, ha az egyik égő kiég, az nincs hatással az egész hálózatra, ugyanígy egy testnek a halála sincs hatással az egészre.

K: Az egyén nem számít az egésznek, de az számít az egyénnek. Az egész az egy absztrakció, az egyén, a konkrét pedig valóság.

M: Ezt te mondod. Számomra ez csak a másik módon lehetséges – az egész a valóság, a rész megjelenik, és eltűnik. Az egyén születik és újrászületik, nevet és formát változtatva, a *gnani* a változó lehetőséget teremtő Változatlan Valóság. De ő nem adhatja meg számokra a meggyőződést. Annak a saját tapasztalásod alapján kell jönnie. Velem minden egy, minden azonos.

K: Bűn és erény ugyanazok?

M: Ezek mind ember alkotta értékek. Mik jelentenek számomra? Aminek boldogság a vége az erény, aminek szomorúság az bűn. Mindkettő az elme állapota. Nekem nincs elme Állapotom.

K: Olyanok vagyunk, mint a vakok, akik képtelenek megérteni, hogy mit jelent látni.

M: Fogalmazhatsz, ahogy akarsz.

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

Q: Is the practice of silence as a *sadhana* effective?

M: Anything you do for the sake of enlightenment takes you nearer. Anything you do without remembering enlightenment puts you off. But why complicate? Just know that you are above and beyond all things and thoughts. What you want to be, you are it already. Just keep it in mind.

Q: I hear you saying it, but I cannot believe.

M: I was in the same position myself. But I trusted my Guru and he proved right. Trust me, if you can. Keep in mind what I tell you: desire nothing, for you lack nothing. The very seeking prevents you from finding.

Q: You seem to be so very indifferent to everything.

M: I am not indifferent, I am impartial. I give no preference to the me and the mine. A basket of earth and a basket of jewels are both unwanted. Life and death are all the same to me.

Q: Impartiality makes you indifferent.

M: On the contrary, compassion and love are my very core. Void of all predilections, I am free to love.

Q: Buddha said that the idea of enlightenment is extremely important. Most people go through their lives not even knowing that there is such a thing as enlightenment, leave alone the striving for it. Once they have heard of it, a seed was sown which cannot die. Therefore, he would send his *bhikhus* to preach ceaselessly for eight months every year.

M: 'One can give food, clothes, shelter, knowledge, affection, but the highest gift is the gospel of enlightenment', my Guru used to say. You are right, enlightenment is the highest good. Once you have it, nobody can take it away from you.

Q: If you would talk like this in the West, people would take you for mad.

M: Of course, they would. To the ignorant all that they can not understand is madness. What of it? Let them be as they are. I am as I am, for no merit of mine and they are as they are, for no fault of theirs. The Supreme Reality manifests itself in innumerable ways. Infinite in number are its names and shapes. All arise, all merge in the same ocean, the source of all is one. Looking for causes and results is but the

K: A csend gyakorlata hatékony *sadhana*?

M: Amit a megvilágosodás érdekében teszel, legyen az bármi, közelebb visz. Amit a megvilágosodás emlékezete nélkül teszel, legyen az bármi, késleltet. De miért komplikálsz? Csak tudd, hogy fölötté és túl vagy minden dolognak és gondolatnak. Ami lenni akarsz, már az vagy. Csak tartsd észben.

K: Hallom, amit mondasz, de nem tudom elhinni.

M: Ugyanebben a helyzetben voltam én magam is. De megbíztam Gurumban, és ő bebizonyította az igazságot. Bízz bennem, ha tudsz. Tartsd észben, amit mondom neked: ne vágyj semmire, mert nem szenvedsz hiányt semmiben. Valójában a keresés akadályoz abban, hogy találj.

K: Nagyon közömbösnek látszol mindennel szemben.

M: Nem közömbös, hanem pártatlan vagyok. Nem részesítem előnyben az ént és az enyémet. Egy kosár föld és egy kosár gyémánt, egyaránt nemkívánatosak. Az élet és a halál azonosak számomra.

K: A pártatlanság közömbössé tesz.

M: Ellenkezőleg, valódi lényegem a részvét és a szeretet. Minden részrehajlástól mentesen, szabad vagyok szeretni.

K: Buddha mondta, hogy a megvilágosodás ideája rendkívül fontos. A legtöbb ember úgy éli le az életét, hogy még csak nem is tudja, hogy létezik olyan, hogy megvilágosodás, nemhogy az elérésére törekedne. Mihelyst tudomást szereznek róla, egy mag kerül elvetésre, amely halhatatlan. Ezért küldené *bhikusát*, hogy nyolc hónapon át szüntelenül imádkozzon, minden évben.

M: 'Az ember képes arra, hogy ételt, ruhát, fedelet, tudást, szeretet adjon, de a legnagyobb ajándék a megvilágosodás evangéliuma', szokta volt mondani a Gurum. Igazad van, a megvilágosodás a legfelsőbb jó. Amint rendelkezél vele, senki nem tudja azt elvenni tőled.

K: Ha nyugaton így beszélnél, az emberek őrülnék tartanának.

M: Persze, azt tennék. A tudatlan számára minden őrülség, amit nem ért. Hát aztán? Legyenek azok, amik. Én vagyok, ami vagyok, mert nem az én érdemem, és ők azok amik, mert nem az ő hibájuk. A Legfelsőbb Valóság megszámlálhatatlan módon nyilvánítja meg magát. Neveinek és formáinak száma végtelen. Ugyanabban az óceánban keletkezik minden, merül el minden, mindennek a

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

pastime of the mind. What *is*, is lovable. Love is not a result, it is the very ground of being. Wherever you go, you will find being, consciousness and love. Why and what for make preferences?

Q: When by natural causes thousands and millions of lives are extinguished (as it happens in floods and earthquakes), I do not grieve. But when one man dies at the hand of man, I grieve extremely. The inevitable has its own majesty, but killing is avoidable and, therefore, ugly and altogether horrible.

M: All happens as it happens. Calamities, whether natural or man-made, happen, and there is no need to feel horrified.

Q: How can anything be without cause?

M: In every event the entire universe is reflected. The ultimate cause is untraceable. The very idea of causation is only a way of thinking and speaking. We cannot imagine, uncaused emergence. This, however, does not prove the existence of causation.

Q: Nature is mindless, hence irresponsible. But man has a mind. Why is it so perverse?

M: The causes of perversity are also natural -- heredity, environment and so on. You are too quick to condemn. Do not worry about others. Deal with your own mind first. When you realise that your mind too is a part of nature, the duality will cease.

Q: There is some mystery in it which I cannot fathom. How can the mind be a part of nature?

M: Because nature is in the mind; without the mind where is nature?

Q: If nature is in the mind and the mind is my own, I should be able to control nature, which is not really the case. Forces beyond my control determine my behaviour.

M: Develop the witness attitude and you will find in your own experience that detachment brings control. The state of witnessing is full of power, there is nothing passive about it.

42. Reality can not be Expressed

Questioner: I have noticed a new self emerging in me, independent of the old self. They somehow co-

forrása egy. Az okok és a következmények keresése csak az elme időtöltése. Ami *van*, szeretetreméltó. A szeretet nem eredmény, hanem a lét valódi alapja. Bárhová mész, létet, tudatosságot és szeretet találsz. Miért, és mi célból kedveznék?

K: Amikor ezrek, és milliók élete természeti okok miatt kerül kioltásra (ahogy árvíz és földrengés idején), nem bánkódom. De amikor az egyik ember a másiknak a kezétől hal meg, az rendkívül elszomorít. Az elkerülhetetlennek megvan a maga méltósága, de a gyilkosság elkerülhető, ezért csúf és végképp borzalmas.

M: Történik minden, ahogy történik. A csapások, legyenek azok természetiek, vagy mesterségesek, megtörténnek, és nem kell rémületet érezni.

K: Hogyan létezhetne bármi, anélkül, hogy oka lenne?

M: Minden eseményben az egész univerzum tükröződik. A végső ok kinyomozhatatlan. Az okozatiság valójában csak egyfajta gondolkodási és beszéd mód. Nem tudjuk elképzelni, hogy valami önmagától keletkezzék. Ez azonban nem bizonyítja az okozatiság fennállását.

K: A természet értelem nélküli, ennél fogva felelőtlen. De az ember elmével rendelkezik. Az miért olyan romlott?

M: A romlottság oka szintén természetiek – öröklés, környezet, stb. Túl gyorsan ítélsz. Ne aggódj mások miatt. Foglalkozz saját elmédvel először. Amikor felismered, hogy elméd szintén a természet része, a dualitás megszűnik.

K: Valami olyan rejtély van ebben, aminek nem tudok a mélyére hatolni. Hogyan lehetne az elme a természet része?

M: Mivelhogy a természet az elmében van; az elme nélkül hogy lehetne természet?

K: Ha a természet az elmében van, és az elme az én sajátom, akkor rendelkeznem kellene a természet ellenőrzésének képességével, ami nem igazán fordul elő. Ellenőrzésemet meghaladó erők határozzák meg a viselkedésemet.

M: Fejleszd a tanúság attitűdjét, és látni fogod saját tapasztalatod alapján, hogy a pártatlanság elvezet az ellenőrzéshez. A tanúság állapota erővel teli, vele kapcsolatban semmi nem passzív.

42. A valóság nem fejeződik ki

Kérdő: Észre vettem, hogy egy új én keletkezik bennem, amely független a régi éntől. És ezek

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

exist. The old self goes on its habitual ways; the new lets the old be, but does not identify itself with it.

Maharaj: What is the main difference between the old self and the new?

Q: The old self wants everything defined and explained. It wants things to fit each other verbally. The new does not care for verbal explanations -- it accepts things as they are and does not seek to relate them to things remembered.

M: Are you fully and constantly aware of the difference between the habitual and the spiritual? What is the attitude of the new self to the old?

Q: The new just looks at the old. It is neither friendly nor inimical. It just accepts the old self along with everything else. It does not deny its being, but does not accept its value and validity.

M: The new is the total denial of the old. The permissive new is not really new. It is but a new attitude of the old. The really new obliterates the old completely. The two cannot be together. Is there a process of self-denudation, a constant refusal to accept the old ideas and values, or is there just a mutual tolerance? What is their relation?

Q: There is no particular relation. They co-exist.

M: When you talk of the old self and new, whom do you have in mind? As there is continuity in memory between the two, each remembering the other, how can you speak of two selves?

Q: One is a slave to habits, the other is not. One conceptualises, the other is free from all ideas.

M: Why two selves? Between the bound and the free there can be no relationship. The very fact of co-existence proves their basic unity. There is but one self -- it is always *now*. What you call the other self -- old or new -- is but a modality, another aspect of the one self. The self is single. You are that self and you have ideas of what you have been or will be. But an idea is not the self. Just now, as you are sitting in front of me, which self are you? The old or the new?

Q: The two are in conflict.

M: How can there be conflict between what is and what is not? Conflict is the characteristic of the old. When the new emerges the old is no longer. You cannot speak of the new and the conflict in the same

valahogy együttműködnek. A régi én a maga szokásos módján működik; az új engedi, hadd legyen a régi, de nem azonosítja magát vele.

Maharaj: Mi a legfontosabb különbség a régi és az új én között?

K: A régi mindent definiálni akar, és meg akar magyarázni. Az dolgokat verbálisan akarja megfeleltetni egymásnak. Az új nem törődik verbális magyarázatokkal – elfogadja a dolgokat, ahogy azok vannak, és nem keres összefüggést az ismert dolgokkal.

M: Teljesen és állandóan tudatában vagy a szokásos és a spirituális közötti különbségnek? Hogy viselkedik az új én a régivel?

K: Az új csak szemléli a régít. Se nem barátságosan, se nem ellenségesen. Csak elfogadja a régi ént, mint ahogy minden mást is. Nem tagadja létét, de értékét és érvényességét nem fogadja el.

M: Az új a totális tagadása a réginek. A megengedő új valójában nem új. Csak a réginek egy új attitűdje. A valóban új teljesen kiirtja a régít. A kettő nem létezhet együtt. Önleépítő folyamatnak, a régi ideák és értékek elfogadása folytonos megtagadásának tapasztalod, vagy csupán egy kölcsönös toleranciáról van szó? Milyen a viszonyuk?

K: Nincsenek semmilyen kapcsolatban. Együtt léteznek.

M: Amikor régi és új énről beszélsz, kire gondolsz? Mivel a memóriában kontinuitás van a kettő között, mindegyik emlékszik a másikra, hogy beszélhetsz két énről?

K: Az egyik alá van rendelve a szokásoknak, a másik nem. Az egyik fogalmakat alkot, a másik minden ideától mentes.

M: Miért beszélsz két énről? A kötött és a kötetlen között nem létezhet kapcsolat. Együttműködésüknek a pusztá ténye bizonyítja alapvető egységüket. Csak egy én van – ami mindig *most* van. Amit a másik – régi vagy új – ének nevezel, az az egyetlen ének egy másik aspektusa. Egyetlen én van. Te vagy az az én, és neked vannak arról ideáid, hogy mi voltál, vagy leszel. De egy idea az nem az én. Éppen most, ahogy itt ülsz előttem, melyik én vagy? A régi vagy az új?

K: Küzdenek egymással.

M: Hogyan lehetne küzdelem létező és nem létező között? A küzdelem a régi sajátossága. Amikor az új megjelenik, a régi nincs többé. Nem beszélhetsz az újról, s ugyanakkor küzdelemről. Még az új énről

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

breath. Even the effort of striving for the new self is of the old. Wherever there is conflict, effort, struggle, striving, longing for a change, the new is not. To what extent are you free from the habitual tendency to create and perpetuate conflicts?

Q: I cannot say that I am now a different man. But I did discover new things about myself, states so unlike what I knew before that I feel justified in calling them new.

M: The old self is your own self. The state which sprouts suddenly and without cause, carries no stain of self; you may call it 'god'. What is seedless and rootless, what does not sprout and grow, flower and fruit, what comes into being suddenly and in full glory, mysteriously and marvellously, you may call that 'god'. It is entirely unexpected yet inevitable, infinitely familiar yet most surprising, beyond all hope yet absolutely certain. Because it is without cause, it is without hindrance. It obeys one law only; the law of freedom. Anything that implies a continuity, a sequence, a passing from stage to stage cannot be the real. There is no progress in reality, it is final, perfect, unrelated.

Q: How can I bring it about?

M: You can do nothing to bring it about, but you can avoid creating obstacles. Watch your mind, how it comes into being, how it operates. As you watch your mind, you discover your self as the watcher. When you stand motionless, only watching, you discover your self as the light behind the watcher. The source of light is dark, unknown is the source of knowledge. That source alone is. Go back to that source and abide there. It is not in the sky nor in the all-pervading ether. God is all that is great and wonderful; I am nothing, have nothing, can do nothing. Yet all comes out of me -- the source is me; the root, the origin is me.

When reality explodes in you, you may call it experience of God. Or, rather, it is God experiencing you. God knows you when you know yourself. Reality is not the result of a process; it is an explosion. It is definitely beyond the mind, but all you can do is to know your mind well. Not that the mind will help you, but by knowing your mind you may avoid your mind disabling you. You have to be very alert, or else your mind will play false with you. It is like watching a thief -- not that you expect anything from a thief, but you do not want to be robbed. In the same way you give a lot of attention to the mind without expecting anything from it.

törekvés erőfeszítése is a régié. Ahol küzdelem, erőfeszítés, harc, törekvés, változás utáni vágyódás van, ott nincs jelen az új. Mennyire vagy mentes a konfliktusok létrehozásának és fenntartásának szokásos tendenciájától?

K: Nem tudom azt mondani, hogy most más ember vagyok. De új dolgokat fedeztem fel magamról, állapotokat, amelyek nem hasonlítanak az ezelőtt ismertekre, tehát érzésem szerint jogosan nevezem őket újnak.

M: A régi én a te saját éned. A hirtelen, és ok nélkül kicsírázó állapotot, amely nem viseli az én szennyét, nevezheted 'istennek'. Ami mag- és gyökér nélküli, ami nem csírázik, és nem növekszik, nem virágozik és nincs gyümölcse, ami hirtelen születik és teljes ragyogásában, rejtelmes és csodálatos módon, azt nevezheted 'istennek'. Ez teljesen váratlan, mégis szükségszerű, végtelenül ismerős, mégis a legmeglepőbb, minden remény fölött álló, mégis abszolút bizonyos. Mivel ok nélküli, ezért akadályoztatástól mentes. Egyetlen törvénynek engedelmessé válik csak, a szabadság törvényének. Semmi olyan, amelyet kontinuitás, sorrendiség, állapotok váltakozása jellemez, nem lehet valódi. A valóságban nincs fejlődés, az végleges, tökéletes, független.

K: Hogyan valósíthatom meg?

M: Semmit sem tehetsz a megvalósításáért, de el tudod kerülni, hogy akadályokat hozz létre. Figyeld elmédet, a létrejöttének, a működésének a módját. Elméd figyelése során énedet ismered fel a figyelőben. Amikor mozdulatlanságban tartózkodsz, figyelve csupán, énedet a figyelő mögötti fényként fedezed fel. A fényforrás sötét, ismeretlen a tudás forrása. Egyedül az a forrás. Menj vissza ahhoz a forráshoz, és időzz ott. A forrás nem a mennyben van, sem a mindent átható éterben. Isten minden, ami hatalmas és csodálatos; én semmi nem vagyok, nincs semmim, nem tudok tenni semmit. Mégis belőlem ered minden – én vagyok a forrás; én vagyok az eredet, a kezdet.

Azt, amikor a valóság felrobban benned, nevezheted Isten megtapasztalásának. Vagy még inkább, ez a téged tapasztaló Isten. Isten akkor ismer téged, amikor te ismered magadat. A valóság nem egy folyamat eredménye, az egy robbanás. Kétségtelen, hogy az elmén túl van, de te mindössze annyit tehetsz, hogy elmédet jól megismered. Nem mintha az elme segítségedre lehetne, de megismerésével elkerülheted, hogy megbénítson téged. Nagyon ébernek kell lenned, különben elárul téged. Ez olyan, mint tolvajt figyelni – nem azért, mert vársz valamit tőle, hanem mert nem akarod, hogy kifosszon. Hasonló módon szentelj teljes figyelmet az elmének, anélkül, hogy várnál tőle bármit.

Or, take another example. We wake and we sleep. After a day's work sleep comes. Now, do I go to sleep or does inadvertence -- characteristic of the sleeping state -- come to me? In other words -- we are awake because we are asleep. We do not wake up into a really waking state. In the waking state the world emerges due to ignorance and takes one into a waking-dream state. Both sleep and waking are misnomers. We are only dreaming. True waking and true sleeping only the gnani knows. We dream that we are awake, we dream that we are asleep. The three states are only varieties of the dream state. Treating everything as a dream liberates. As long as you give reality to dreams, you are their slave. By imagining that you are born as so-and-so, you become a slave to the so-and-so. The essence of slavery is to imagine yourself to be a process, to have past and future, to have history. In fact, we have no history, we are not a process, we do not develop, nor decay; also see all as a dream and stay out of it.

Q: What benefit do I derive from listening to you?

M: I am calling you back to yourself. All I ask you is to look at yourself, towards yourself, into yourself.

Q: To what purpose?

M: You live, you feel, you think. By giving attention to your living, feeling and thinking, you free yourself from them and go beyond them. Your personality dissolves and only the witness remains. Then you go beyond the witness. Do not ask how it happens. Just search within yourself.

Q: What makes the difference between the person and the witness?

M: Both are modes of consciousness. In one you desire and fear, in the other you are unaffected by pleasure and pain and are not ruffled by events. You let them come and go.

Q: How does one get established in the higher state, the state of pure witnessing?

M: Consciousness does not shine by itself. It shines by a light beyond it. Having seen the dreamlike quality of consciousness, look for the light in which it appears, which gives it being. There is the content of consciousness as well as the awareness of it.

Q: I know and I know that I know.

M: Quite so, provided the second knowledge is

Vagy, egy másik példa. Ébren vagyunk és alszunk. A napi munka után alvás jön. Na most elalszom, vagy pedig – az alvó állapot jellemzőjeként – elnyom a figyelmetlenség? Más szóval – azért ébredünk fel, mert alszunk. Nem egy valóban felébredt állapotba ébredünk fel. Az éber állapotban a világ, a tudatlanság miatt megjelenik, és az embert éber-álom állapotba viszi. Mind az alvás, mind az ébrenlét téves elnevezés. Mi csak álmodunk. Az igazi ébrenlétet, és az igazi alvást csak a *gnani* ismeri. Álmodjuk azt, hogy ébren vagyunk, és álmodjuk azt, hogy alszunk. A három állapot csak az álom állapotának a változatai. Ha mindent álmokként fogsz fel, az megszabadít. Amíg valóságnak tekinted az álmokat, a rabszolgájuk vagy. Azon elképzelés által, hogy X.Y.-ként születél, rabszolgája lettél az X.Y.-nak. A rabszolgaság lényege, hogy önmagadat egy múlttal és jövővel, történettel rendelkező folyamatnak képzeled. Valójában nincs történetünk, nem vagyunk folyamat, nem fejlődünk, és nem is hanyatlunk; mindezt szintén lásd álomnak, és maradj rajta kívül.

K: Mi előnyöm származik abból, hogy téged hallgatlak?

M: Én visszahívlak magadhoz. Mindössze annyit kérek tőled, hogy tekints magadra, magad felé, magadba.

K: Milyen célból?

M: Élsz, érzel, gondolkodsz. Életed, érzéseid, gondolkodásod figyelésével megszabadítod magad tőlük, és meghaladod azokat. Személyiséged szertefoszlik, és csak a tanú marad. Azután haladd meg a tanút. Ne kérdezd, hogyan történik. Csak keress önmagadon belül.

K: Mi a különbség a személy és a tanú között?

M: Mindkettő tudatossági mód. Az egyikben vágysz és félsz, a másikban érzéketlen vagy élvezet és fájdalom iránt, és nem zavarnak események. Hagyd őket megjelenni és eltűnni.

K: Hogyan éri el az ember magasabb állapotot, a tiszta tanúság állapotát?

M: A tudatosság nem önmagától ragyog. A mögötte lévő fénytől ragyog. Látván a tudatosság álomszerű minőségét, keresd a fényt, amiben az megjelenik, amely létezését ad neki. Van a tudatosság tartalom, valamint a róla való tudomás.

K: Tudom, és tudom, hogy tudom.

M: Helyes, azzal a feltétellel, hogy a második tudás

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

unconditional and timeless. Forget the known, but remember that you are the knower. Don't be all the time immersed in your experiences. Remember that you are beyond the experience ever unborn and deathless. In remembering it, the quality of pure knowledge will emerge, the light of unconditional awareness.

Q: At what point does one experience reality?

M: Experience is of change, it comes and goes. Reality is not an event, it cannot be experienced. It is not perceivable in the same way as an event is perceivable. If you wait for an event to take place, for the coming of reality, you will wait for ever, for reality neither comes nor goes. It is to be perceived, not expected. It is not to be prepared for and anticipated. But the very longing and search for reality is the movement, operation, action of reality. All you can do is to grasp the central point, that reality is not an event and does not happen and whatever happens, whatever comes and goes, is not reality. See the event as event only, the transient as transient, experience as mere experience and you have done all you can. Then you are vulnerable to reality, no longer armoured against it, as you were when you gave reality to events and experiences. But as soon as there is some like or dislike, you have drawn a screen.

Q: Would you say that reality expresses itself in action rather than in knowledge? Or, is it a feeling of sorts?

M: Neither action, nor feeling, nor thought express reality. There is no such thing as an expression of reality. You are introducing a duality where there is none. Only reality *is*, there is nothing else. The three states of waking, dreaming and sleeping are not me and I am not in them. When I die, the world will say - 'Oh, Maharaj is dead.' But to me these are words without content; they have no meaning. When the worship is done before the image of the Guru, all takes place as if he wakes and bathes and eats and rests, and goes for a stroll and returns, blesses all and goes to sleep. All is attended to in minutest details and yet there is a sense of unreality about it all. So is the case with me. All happens as it needs, yet nothing happens. I do what seems to be necessary, but at the same time I know that nothing is necessary, that life itself is only a make-belief.

Q: Why then live at all? Why all this unnecessary coming and going, waking and sleeping, eating and digesting?

kondicionálatlan és időtlen. Felejtsd el a tudást, de emlékezz rá, hogy te a tudó vagy. Ne légy folyton a tapasztalataidba merülve. Emlékezz, hogy te a tapasztalat felett álló vagy, aki soha nem született, és halhatatlan. Az erre való emlékezésben felszínre fog emelkedni a tiszta tudás minősége, a kondicionálatlan éber-tudatosság fénye.

K: Melyik ponton ismeri meg az ember a valóságot?

M: A tapasztalás változás jellegű dolog, amely jön és eltávozik. A valóság nem valamiféle esemény, nem megtapasztalható. Nem észlelhető ugyanolyan módon, ahogy egy esemény észlelhető. Ha arra vársz, hogy majd egy esemény történik, hogy bekövetkezzék a valóság, akkor örökké várni fogsz, mert a valóság nem jön, és nem megy. Az egy észlelendő, nem pedig elvárható dolog. Nem készíthető elő, mint valami olyan, ami előre látható. Csak a valóság valódi vágya, és keresése jelenti a valóság mozgását, működését, cselekvését. Mindössze annyit tehetsz, hogy megérted a központi lényegét, hogy a valóság nem esemény, és nem történés, és bármi, ami történik, bármi, ami jön és megy, az nem valóság. Lásd az eseményt pusztá eseménynek, a mulandót mulandónak, a tapasztalatot pusztá tapasztalatnak, és mindent megtettél, amit megtehetsz. Ekkor sebezhető vagy a valóság által, nem leszel többé páncélba borítva vele szemben, mint amilyen akkor voltál, mikor a valóságot még eseményeknek és tapasztalatoknak tartottad. De amint megjelenik valamicske vonzalom vagy ellenszenv, a vetítövászon azonnal beszippant.

K: Azt akarod mondani, hogy a valóság inkább cselekvésben fejezi ki magát, mint tudásban? Vagy valamiféle érzés?

M: Sem cselekvés, sem érzés, sem gondolat nem fejezi ki a valóságot. Nem létezik olyan dolog, ami a valóságot kifejezné. Dualitást vezetsz be oda, ahol az nincs. Csak valóság *van*, semmi más nincs. Az ébrenlét, álom és alvás három állapota nem vagyok én, és nem vagyok bennük. Amikor meghalok, a világ azt mondja majd – 'Ó, Maharaj halott.' De számomra ezek tartalom nélküli szavak; nincs jelentésük. A Guru képe előtti imádkozáskor minden úgy zajlik, mintha felébredne, és megfürdene, és enne és pihenne, sétálna kicsit, majd visszatérne, dicsőítené a mindenséget, és aludni térne. Mindenre a legapróbb részletekig kitér a figyelem, és mégis jelen van az érzés, hogy mindez valószerűtlen. Ez a helyzet velem. Csinálom, ami szükségesnek látszik, de ugyanakkor tudom, hogy semmi nem szükséges, hogy az élet csak látszat.

K: Minek akkor élni egyáltalán? Mire való ez az egész szükségtelen jövés-menés, felébredés és elalvás, evés és emésztés?

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: Nothing is done by me, everything just happens I do not expect, I do not plan, I just watch events happening, knowing them to be unreal.

Q: Were you always like this from the first moment of enlightenment?

M: The three states rotate as usual -- there is waking and sleeping and waking again, but they do not happen to me. They just happen. To me nothing ever happens. There is something changeless, motionless, immovable, rocklike, unassailable; a solid mass of pure being-consciousness-bliss. I am never out of it. Nothing can take me out of it, no torture, no calamity.

Q: Yet, you are conscious.

M: Yes and no. There is peace -- deep, immense, unshakeable. Events are registered in memory, but are of no importance. I am hardly aware of them.

Q: If I understand you rightly, this state did not come by cultivation.

M: There was no coming. It was so -- always. There was discovery and it was sudden. Just as at birth you discover the world suddenly, as suddenly I discovered my real being.

Q: Was it clouded over and your *sadhana* dissolved the mist? When your true state became clear to you, did it remain clear, or did it get obscured again? Is your condition permanent or intermittent?

M: Absolutely steady. Whatever I may do, it stays like a rock -- motionless. Once you have awakened into reality, you stay in it. A child does not return to the womb. It is a simple state, smaller than the smallest, bigger than the biggest. It is self-evident and yet beyond description.

Q: Is there a way to it?

M: Everything can become a way, provided you are interested. Just puzzling over my words and trying to grasp their full meaning is a *sadhana* quite sufficient for breaking down the wall. Nothing troubles me. I offer no resistance to trouble -- therefore it does not stay with me. On your side there is so much trouble. On mine there is no trouble at all. Come to my side. You are trouble-prone. I am immune. Anything may happen -- what is needed is sincere interest. Earnestness does it.

M: Semmit nem én teszek, minden csak úgy megtörténik, és nem várok el, nem tervezek, én csak figyelem az események megtörténtét, tudván, hogy nem azok nem valódiak.

K: Mindig szeretted ezt, a megvilágosodás első pillanatától?

M: A három állapot a megszokott módon váltakozik – ébrenlét és alvás, és ismét ébrenlét, de ezek nem velem történnek. Csak úgy megtörténnek. Velem soha semmi nem történik. Ez valami változatlan, mozdulatlan, mozdíthatatlan, kőszerű, megtámadhatatlan; a tiszta lét-tudatosság-boldogság tömör masszája. Soha nem jövök ki belőle. Semmi nem bírhat rá, hogy kijöjjek belőle, sem szenvedés, sem csapás.

K: De mégis tudatos vagy.

M: Igen, és nem. Ez béke – mély, mérhetetlen, rendíthetetlen. Az események feljegyzésre kerülnek az emlékezetben, de nincs jelentőségük. Alig vagyok a tudatukban.

K: Ha jól értelek, ez az állapot nem gyakorlás által alakult ki.

M: Nem alakult ki. Így volt – mindig. Felfedezés volt, és az hirtelen történt. Mint amikor születéskor hirtelen felfedezed a világot, olyan hirtelen fedeztem fel valódi léteimet.

K: Felhővel volt betakarva, és *sadhanád* eloszlatta a homályt? Amikor igazi állapotod tiszta lett számodra, tiszta is maradt, vagy ismét elhomályosodott? Állapotod tartós, vagy időszakos?

M: Abszolúte szilárd. Akármit csinálhatok, úgy marad, mint a szikla – mozdulatlan. Amikor a beleébredtél a valóságba, benne is maradsz. A gyermek nem tér vissza az anyaméhbe. Ez egyszerű állapot, kisebb, mint a legkisebb, nagyobb, mint a legnagyobb. Magától értetődő, és mégis leírhatatlan.

K: Van odavezető út?

M: Minden válhat úttá, érdeklődésed esetén. A szavaim feletti pusztá töprengés, és teljes jelentésük megragadására való törekvés is egy *sadhana*, amely teljesen elegendő a fal ledöntéséhez. Engem semmi nem zavar. Javaslom, ne állj ellen a bajnak – akkor nem fog rád hatni. A te oldaladon oly sok gond van. Az enyémen egyáltalán nincsenek gondok. Gyere át az én oldalamra. Te hajlamos vagy a problémákra. Én immunis vagyok. Akármi megtörténhet – ami szükséges hozzá, az őszinte érdeklődés. A komolyság megcsinálja.

Q: Can I do it?

M: Of course. You are quite capable of crossing over. Only be sincere.

43. Ignorance can be Recognised, not *Gnana*

Questioner: From year to year your teaching remains the same. There seems to be no progress in what you tell us.

Maharaj: In a hospital the sick are treated and get well. The treatment is routine, with hardly any change, but there is nothing monotonous about health. My teaching may be routine, but the fruit of it is new from man to man.

Q: What is realisation? Who is a realised man? By what is the *gnani* recognised?

M: There are no distinctive marks of *gnana*. Only ignorance can be recognised, not *gnana*. Nor does a *gnani* claim to be something special. All those who proclaim their own greatness and uniqueness are not *gnanis*. They are mistaking some unusual development for realisation. The *gnani* shows no tendency to proclaim himself to be a *gnani*. He considers himself to be perfectly normal, true to his real nature. Proclaiming oneself to be an omnipotent, omniscient and omnipotent deity is a clear sign of ignorance.

Q: Can the *gnani* convey his experience to the ignorant? Can *gnana* be transmitted from one man to another?

M: Yes, it can. The words of a *gnani* have the power of dispelling ignorance and darkness in the mind. It is not the words that matter, but the power behind them.

Q: What is that power?

M: The power of conviction, based on personal realisation, on one's own direct experience.

Q: Some realised people say that knowledge must be won, not got. Another can only teach, but the learning is one's own.

M: It comes to the same.

Q: There are many who have practiced *Yoga* for years and years without any result. What may be the cause of their failure?

M: Some are addicted to trances, with their

K: Meg tudom tenni?

M: Természetesen. Minden képességgel rendelkezel az átkeléshez. Csak légy őszinte.

43. A tudatlanság felismerhető, a *Gnana* nem

Kérdező: Évről évre ugyanazt tanítod. Nem látszik, fejlődés abban, amit mondasz nekünk.

Maharaj: A kórházban a betegek kezelést kapnak, és meggyógyulnak. A kezelés rutinszerű, alig valami változással, még sincs semmiféle egyhangúság az egészségügyben. Az én tanításom lehet, hogy rutinszerű, de emberről emberre új gyümölcsöt hoz.

K: Mi a megvalósulás? Ki a megvalósult ember? Miről lehet a *gnani* felismerni?

M: A *gnanának* nincsenek észrevehető jelei. Csak a tudatlanság ismerhető fel, a *gnana* nem. A *gnani* valamiféle különlegességre sem tart igényt. Mindazok, akik saját nagyságukat és egyediségüket hirdetik, nem *gnanik*. Ők félreértik a megvalósulás felé való fejlődés bizonyos szokatlan jeleit. A *gnani* nem mutat hajlamot annak kinyilvánítására, hogy ő *gnani*. Ő teljesen normálisnak tekinti magát, igaz természetének megfelelően. Ha valaki mindenhatónak, mindentudó és mindenható istenségnek nyilvánítja ki magát, az a tudatlanság nyilvánvaló jele.

K: A *gnani* át tudja adni a személyes tapasztalatait a tudatlannak? Közvetíthető a *gnana* egyik embertől a másik felé?

M: Igen, át tudja adni. A *gnani* szavai rendelkeznek az erővel, amely eloszlatja az elme tudatlanságát és sötéttségét. Nem a szavak számítanak, hanem a mögöttük lévő erő.

K: Mi az az erő?

M: A személyes megvalósuláson, a saját közvetlen tapasztalaton alapuló meggyőzés ereje.

K: Egyes megvalósult emberek azt mondják, hogy a tudást elnyerni kell, nem megszerezni. Mások csak tanítani tudnak, de a tudás az ember sajátja.

M: Ez ugyanoda vezet.

K: Sokan vannak, akik éveken át gyakorolták a *Yogát*, minden eredmény nélkül. Mi lehet az oka a sikertelenségük?

M: Némelyek ekzstázis-függőkké váltak, amely

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

consciousness in abeyance. Without full consciousness what progress can there be?

Q: Many are practicing *samadhis* (states of rapturous absorption). In *samadhis* consciousness is quite intense, yet they do not result in anything.

M: What results do you expect? And why should *gnana* be the result of anything? One thing leads to another, but *gnana* is not a thing to be bound by causes and results. It is beyond causality altogether. It is abidance in the self. The *Yogi* comes to know many wonders, but of the self he remains ignorant. The *gnani* may look and feel quite ordinary, but the self he knows well.

Q: There are many who strive for self-knowledge earnestly, but with scant results. What may be the cause of it?

M: They have not investigated the sources of knowledge sufficiently, their sensations, feelings and thoughts they do not know well enough. This may be one cause of delay. The other: some desires may still be alive.

Q: Ups and downs in *sadhana* are inevitable. Yet the earnest seeker plods on in spite of all. What can the *gnani* do for such a seeker?

M: If the seeker is earnest, the light can be given. The light is for all and always there, but the seekers are few, and among those few, those who are ready are very rare. Ripeness of heart and mind is indispensable.

Q: Did you get your own realisation through effort or by the grace of your Guru?

M: His was the teaching and mine was the trust. My confidence in him made me accept his words as true, go deep into them, live them, and that is how I came to realise what I am. The Guru's person and words made me trust him and my trust made them fruitful.

Q: But can a Guru give realisation without words, without trust, just like this, without any preparation?

M: Yes, one can, but where is the taker? You see, I was so attuned to my Guru, so completely trusting him, there was so little of resistance in me, that it all happened easily and quickly. But not everybody is so fortunate. Laziness and restlessness often stand in the way and until they are seen and removed, the progress is slow. All those who have realised on the

tudatosságuk felfüggesztődésével jár. Teljes tudatosság nélkül miféle haladás lenne lehetséges?

K: Sokan végeznek *samadhi*kat (elragadtatott szellemei elmélyedés állapotai). *Samadhi*ban a tudatosság teljesen intenzív, mégsem érnek el semmilyen eredményt.

M: Milyen eredményt remélsz? És miért kellene, hogy a *gnana* eredménye legyen bárminek? Egyik dolog másikhoz vezet, de a *gnana* nem okok és eredmények által megkötött dolog. Túl van az okságon, teljesen. A *gnana* az Énben való időzés. A *Yogi* sok csodát megismer, de énjével kapcsolatban tudatlan marad. A *gnani* lehet, hogy teljesen szokványos megjelenésűnek látszik, és érzi magát, de énjét jól ismeri.

K: Sokan vannak, akik komolyan törekszenek az önmegismerésre, de csekély eredménnyel. Mi lehet az oka?

M: Nem tanulmányozták eléggé a tudás forrásait, érzeteiket, érzéseiket és gondolataikat nem ismerik elég jól. Ez lehet az egyik oka a késedelemnek. A másik: még elevenek lehetnek bizonyos vágyaik.

K: A hullámzások elkerülhetetlenek a *sadhanában*. De a komoly keresők, mindennek ellenére, kitartóan folytatják. Mit tud tenni a *gnani* egy ilyen keresőért?

M: Ha a kereső komoly, a fényt megkaphatja. A fény mindig mindenkinek a rendelkezésére áll, de a keresők kevesen vannak, és ezen kevés között nagyon ritka, aki felkészült. A szív és elme érettsége nélkülözhetetlen.

K: Te a saját megvalósulásodat erőfeszítés útján, vagy Gurud kegyelméből kaptad?

M: Az övé a tanítás volt, az enyém pedig a bizalom. A belé vetett bizalmam eredményezte, hogy szavait igaznak fogadjam el, elmélyedjek bennük, velük éljek, és így jutottam el annak realizálásához, ami vagyok. A Guru személye és szavai hatottak rám, hogy bízzak benne, és hitem tettek azokat gyümölcsözővé.

K: De tud-e a Guru szavak nélkül, hit nélkül, csak így, minden felkészültség nélkül megvalósulásban részesíteni?

M: Igen, tud, de hol van, aki fogadja? Tudod kérlek, én olyannyira Gurumra voltam hangolódva, olyan teljes mértékben hittem neki, olyan kevés volt bennem az ellenállás, hogy minden könnyen és gyorsan történt. De nem mindenki ilyen szerencsés. Lustaság és türelmetlenség állnak gyakran utadba, és amíg azokat meg nem látod, és el nem távolítod,

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

spot, by mere touch, look or thought, have been ripe for it. But such are very few. The majority needs some time for ripening. *Sadhana* is accelerated ripening.

Q: What makes one ripe? What is the ripening factor?

M: Earnestness of course, one must be really anxious. After all, the realised man is the most earnest man. Whatever he does, he does it completely, without limitations and reservations. Integrity will take you to reality.

Q: Do you love the world?

M: When you are hurt, you cry. Why? Because you love yourself. Don't bottle up your love by limiting it to the body, keep it open. It will be then the love for all. When all the false selfidentifications are thrown away, what remains is all-embracing love. Get rid of all ideas about yourself, even of the idea that you are God. No self-definition is valid.

Q: I am tired of promises. I am tired of *sadhanas*, which take all my time and energy and bring nothing. I want reality here and now. Can I have it?

M: Of course you can, provided you are really fed up with everything, including your *sadhanas*. When you demand nothing of the world, nor of God, when you want nothing, seek nothing, expect nothing then the Supreme State will come to you uninvited and unexpected.

Q: If a man engrossed in family life and in the affairs of the world does his *sadhana* strictly as prescribed by his scriptures, will he get results?

M: Results he will get, but he will be wrapped up in them like in a cocoon.

Q: So many saints say that when you are ripe and ready, you will realise. Their words may be true, but they are of little use. There must be a way out, independent of ripening which needs time, of *sadhana* which needs effort.

M: Don't call it a way; it is more a kind of skill. It is not even that. Stay open and quiet, that is all. What you seek is so near you, that there is no place for a way.

Q: There are so many ignorant people in the world and so few *gnanis*. What may be the cause of it?

a haladás lassú. Mindazok, akik egy villanás alatt, egy pusztá érintésre, nézésre vagy gondolatra valósultak meg, azok érettek voltak rá. De ilyenek nagyon kevesen vannak. A többségnek szüksége van bizonyos időre az éréshez. A *sadhana* meggyorsítja az érést.

K: Mi teszi az embert éretté? Mi a megérlelő tényező?

M: Komolyság, természetesen, az egyén legyen valóban igyekvő. Tulajdonképpen, a megvalósult ember a legkomolyabb ember. Bármit csinál, azt tökéletesen csinálja, korlátok és fenntartások nélkül. Az integritás el fog vezetni téged a valósághoz.

K: Szereted a világot?

M: Amikor megsérülsz, könnyezel. Miért? Mert szereted magad. Ne zárd el a szeretetedet a testedre korlátozásával, tartsd nyitva. Akkor mindent szeretni fogsz. Amikor minden hamis önazonosulást elvetettél, a mindent átölelő szeretet marad. Távolíts el minden ideát magadról, még a te vagy Isten ideáját is. Semmilyen önazonosulás nem étvényes.

K: Belefáradtam az ígéretetekbe. Belefáradtam a *sadhanákba*, amelyek felemészítik minden időmet és energiámat, és nem vezetnek sehová. A valóságot akarom, itt és most. Megszerezhetem?

M: Természetesen, attól függően, hogy valóban torkig vagy-e mindennel, beleértve a *sadhanádat* is. Amikor nem kérsz semmit sem a világtól, sem Istentől, amikor nem akarsz semmit, nem keresel semmit, nem vársz el semmit, akkor jön el hozzád a Legfelsőbb Állapot, hivatlanul és váratlanul.

K: Ha valakit lefoglal a családi élete, és a világ ügyei, pontosan, a szent könyvek előírásai szerint végzi a *sadhanáját*, eredményre fog jutni?

M: Fog elérni eredményeket, de teljesen beléjük fog burkolózni, mint a selyemhernyó.

K: Nagyon sok szenttől hallani, hogy amikor megértél, és készen állsz, meg fogsz valósulni. Lehet, hogy ezek a szavak igazak, de hasznuk nem sok. Kell, hogy létezzen időigényes éréstől, erőfeszítéseket igénylő *sadhanától* független módszer.

M: Ne nevezd módszernek; több az, valamiféle készségnél. Maradj nyitott és nyugodt, ez minden. Amit keresel, az olyan közel van hozzád, hogy ott nincs hely út számára.

K: Oly sok tudatlan ember van a világon, és oly kevés *gnani*. Mi lehet ennek az oka?

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: Don't concern yourself with others, take care of yourself. You know that you *are*. Don't burden yourself with names, just *be*. Any name or shape you give yourself obscures your real nature.

Q: Why should seeking end before one can realise?

M: The desire for truth is the highest of all desires, yet, it is still a desire. All desires must be given up to the real to be. Remember that you *are*. This is your working capital. Rotate it and there will be much profit.

Q: Why should there be seeking at all.

M: Life is seeking, one cannot help seeking. When all search ceases, it is the Supreme State.

Q: Why does the Supreme State come and go?

M: It neither comes nor goes. It *is*.

Q: Do you speak from your own experience?

M: Of course. It is a timeless state, ever present.

Q: With me it comes and goes, with you it does not. Why this difference?

M: Maybe because I have no desires. Or you do not desire the Supreme strongly enough. You must feel desperate when your mind is out of touch.

Q: All my life I was striving and achieved so little. I was reading, I was listening -- all in vain.

M: Listening and reading became a habit with you.

Q: I gave it up too. I do not read nowadays.

M: What you gave up is of no importance now. What have you not given up? Find that out and give up that. *Sadhana* is a search for what to give up. Empty yourself completely.

Q: How can a fool desire wisdom? One needs to know the object of desire, to desire it. When the Supreme is not known, how can it be desired?

M: Man naturally ripens and becomes ready for realisation.

Q: But what is the ripening factor?

M: Ne törődj másokkal, magadra ügyelj. Tudod, hogy *vagy*. Ne terheld magad nevekkal, csak *legyél*. Bármilyen nevet vagy formát adsz önmagadnak, az elhomályosítja valódi természetedet.

K: Miért kell a végsőt keresni, mielőtt az ember megvalósulhatna?

M: Az igazság iránti vágy a legnagyobb minden vágy közül, mégis csak egy vágy. Minden vágyat fel kell adni ahhoz, hogy a valódi létezzon. Tartsd az eszedben, hogy *vagy*. Ez a te működő tőkéd. Forgasd meg, és profitot fog eredményezni.

K: Miért kell egyáltalán keresni?

M: Az élet keresés, az egyén nem tudja segíteni a keresést. Amikor minden keresés megszűnik, az a Legfelsőbb Állapot.

K: A Legfelsőbb Állapot miért jön és megy?

M: Se nem jön, se nem megy. *Van*.

K: Saját tapasztalatod alapján beszélsz?

M: Természetesen. Ez egy időtlen állapot, örök jelen.

K: Az én esetemben jön és megy, a tiédben nem. Miért ez a különbség?

M: Talán azért, mert nekem nincsenek vágyaim. Vagy te nem vágyasz a Legfelsőbbre elég erősen. Kétségbeesettséget kell érezned, amikor elméd kívül kerül a kapcsolaton.

K: Egész életemben törekedtem, és annyira keveset értem el. Olvastam, hallgattam – mindezt hiábavalóan.

M: A hallgatás és olvasás szokásoddá vált.

K: Ezt is feladtam. Nem olvasok mostanában.

M: Amit feladtál, annak most nincs jelentősége. Mi az, amit nem adtál fel? Fedezd fel ezt, és add fel ezt. A *sadhana* annak a keresése, amit fel kell adni. Üresítsd ki magad teljesen.

K: Hogyan vágyhat egy bolond a bölcsességre? Az embernek ismernie kell vágya tárgyát, hogy vágyjon rá. Ha nem ismeri a Legfelsőbbet, hogyan tudna rá vágyani?

M: Az ember természetes módon érik, és éri el a készültséget a megvalósulásra.

K: De mi az, ami megérleli?

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: Self-remembrance, awareness of 'I am' ripens him powerfully and speedily. Give up all ideas about yourself and simply *be*.

Q: I am tired of all the ways and means and skills and tricks, of all these mental acrobatics. Is there a way to perceive reality directly and immediately?

M: Stop making use of your mind and see what happens. Do this one thing thoroughly. That is all.

Q: When I was younger, I had strange experiences, short but memorable, of being nothing, just nothing, yet fully conscious. But the danger is that one has the desire to recreate from memory the moments that have passed.

M: This is all imagination. In the light of consciousness all sorts of things happen and one need not give special importance to any. The sight of a flower is as marvellous as the vision of God. Let them be. Why remember them and then make memory into a problem? Be bland about them; do not divide them into high and low, inner and outer, lasting and transient. Go beyond, go back to the source, go to the self that is the same whatever happens. Your weakness is due to your conviction that you were born into the world. In reality the world is ever recreated in you and by you. See everything as emanating from the light which is the source of your own being. You will find that in that light there is love and infinite energy.

Q: If I am that light, why do I not know it?

M: To know, you need a knowing mind, a mind capable of knowing. But your mind is ever on the run, never still, never fully reflecting. How can you see the moon in all her glory when the eye is clouded with disease?

Q: Can we say that while the sun is the cause of the shadow one cannot see the sun in the shadow. One must turn round.

M: Again you have introduced the trinity of the sun, the body and shadow. There is no such division in reality. What I am talking about has nothing to do with dualities and trinities. Don't mentalise and verbalise. Just see and be.

Q: Must I see, to *be*?

M: See what you are. Don't ask others, don't let others tell you about yourself. Look within and see. All the teacher can tell you is only this. There is no need of going from one to another. The same water is in all the wells. You just draw from the nearest. In

M: Az ön-émlékezés, az 'én vagyok' tudatossága érleli meg, erőteljesen és gyorsan. Add fel minden ideádat önmagadról, és egyszerűen csak *legyél*.

K: Elfáradtam minden úttól, módozattól, gyakorlattól és fortélytól, mindez csupán mentális akrobatika. Van olyan módszer, amellyel közvetlenül és rögtön észleljem a valóságot?

M: Állítsd le az elmédet, és lásd, mi történik. Csináld ezt az egy dolgot lelkiismeretesen. Ez minden.

K: Fiatalabb koromban voltak olyan különös, rövid, de emlékezetes élményeim, hogy semmi vagyok, abszolúte semmi, mégis teljesen tudatos voltam. De az a veszély, hogy az ember szeretné újratemetni az emlékeiből a pillanatot, elmúlt.

M: Ez mind képzelgés. A tudatosság fényében mindenféle dolgok történnek, és az embernek nem kell különösebb fontosságot tulajdonítani nekik. Egy virágnak a látványa ugyanolyan csodálatos, mint Isten víziója. Hagyd őket lenni. Miért tartod őket emlékezetedben, majd csinálsz az emlékből problémát? Légy jó hozzájuk; ne oszd fel őket magasra és alacsonyra, belsőre és külsőre, maradandóra és mulandóra. Lépj túl, menj vissza a forráshoz, menj az éhez, ami ugyanaz, bármi is történjék. Gyarlóságod amiatti büntudatodból ered, hogy beleszülettél a világba. Valójában a világ örökké újratemetődik benned, és általad. Láss mindent annak a fénynek a kiáradásaként, amely saját léted forrása. Úgy fogod találni, hogy abban a fényben szeretet van, és végtelen energia.

K: Ha én vagyok az a fény, miért nem tudok róla?

M: A tudáshoz tudó elmére van szükséged, az elme tudó képességére. De a te elméd folyton nyargal, sohasem nyugodt, soha nem tükröz teljesen. Hogyan láthatnád a holdat teljes dicsfényében, amikor a szemedet betegség felhőzi be?

K: Mondhatjuk úgy is, hogy míg a nap előidézi az árnyékot, nem láthatjuk a napot az árnyékban? Oda kell fordulni.

M: Megint behoztad a nap, a test és az árnyék hármasságát. Valójában nincs ilyen elkülönülés. Amiről én beszélek, annak nincs köze dualitáshoz, és hármasságokhoz. Ne mentalizálj, és ne verbalizálj. Csak láss és legyél.

K: Kell látnom ahhoz, hogy *legyek*?

M: Lásd, hogy mi vagy. Ne másokat kérdezz, ne mások beszéljenek neked önmagadról. Nézz befelé, és láss. Mindegyik tanító csak ezt mondhatja neked. Nincs szükség rá, hogy egyiket a másik után felkeresd. Ugyanaz a víz van minden kútban. Csak a

my case the water is within me and I am the water.

legközelebbiből meríts. Az én esetemben a víz a bensőmben van, és én vagyok a víz.

44. 'I am' is True, all else is Inference

Maharaj: The perceiver of the world, is he prior to the world, or does he come into being along with the world?

Questioner: What a strange question. Why do you ask such questions?

M: Unless you know the correct answer, you will not find peace.

Q: When I wake up in the morning, the world is already there, waiting for me. Surely the world comes into being first. I do, but much later, at the earliest at my birth. The body mediates between me and the world. Without the body there would be neither me nor the world.

M: The body appears in your mind, your mind is the content of your consciousness; you are the motionless witness of the river of consciousness which changes eternally without changing you in any way. Your own changelessness is so obvious that you do not notice it. Have a good look at yourself and all these misapprehensions and misconceptions will dissolve. Just as all the little watery lives are in water and cannot be without water, so all the universe is in you and cannot be without you.

Q: We call it God.

M: God is only an idea in your mind. The fact is you. The only thing you know for sure is: 'here and now I am'. Remove, the 'here and now' the 'I am' remains, unassailable. The word exists in memory, memory comes into consciousness; consciousness exists in awareness and awareness is the reflection of the light on the waters of existence.

Q: Still I do not see how can the world be in me when the opposite 'I am in the world' is so obvious.

M: Even to say 'I am the world, the world is me', is a sign of ignorance. But when I keep in mind and confirm in life my identity with the world, a power arises in me which destroys the ignorance, burns it up completely.

Q: Is the witness of ignorance separate from ignorance? Is not to say: 'I am ignorant' a part of ignorance?

44. Az 'én vagyok' igazság, minden más következtetés

Maharaj: A világ észlelője régebbi a világnál, vagy a világgal együtt születik?

Kérdező: Micsoda különös kérdés. Miért teszel fel ilyen kérdéseket?

M: Hacsak nem tudod a helyes választ, nem fogod megtalálni a békét.

K: Reggel mikor felébredek, a világ már jelen van, és vár reám. Bizonyára a világ születik meg előbb. Én is megszületek, de sokkal később, legkorábban a megszületésemkor. A test közvetít köztem és a világ között. Test nélkül nem lenne sem én, sem a világ.

M: A test az elmédben jelenik meg, elméd a tudatosságod tartalma; te vagy a mozdulatlan tanúja a tudatosság folyójának, amely örökké változik, anélkül, hogy te bármilyen módon változnál. A te saját változatlanságod olyan nyilvánvaló, hogy nem is veszed észre. Vizsgáld meg jól önmagad, és mindezen tévedés és félreértés el fog oszlani. Mint ahogy a kis vízi lények csak vízben élhetnek, és vízen kívül nem, úgy az egész univerzum is csak benned létezhet, és rajtad kívül nem.

K: Ezt Istennek nevezzük.

M: Isten csak egy elmédben lévő idea. A tény te vagy. Az egyetlen dolog, amit biztosan tudsz: 'itt és most én vagyok'. Hagyd el az 'itt és most'-ot, és az 'én vagyok' marad, megcáfolhatatlanul. A világ az emlékezetben van, az emlékezet a tudatosságban; a tudatosság az éberségben van, és az éberség a fény tükröződése a létezés vizein.

K: Még mindig nem látom, hogy a világ hogyan lehet bennem, miután az ezzel ellentétes állítás, az 'én a világban vagyok', annyira nyilvánvaló.

M: Még az is a tudatlanság jele, ha azt mondod, hogy 'én a vagyok a világ, a világ én vagyok'. De amikor elmémbe tartom, és megszilárdítom az életben a világgal való azonosságomat, egy erő ébred bennem, amely lerombolja a tudatlanságot, teljeseen felégeti azt.

K: A tudatlanság tanúja és a tudatlanság elkülönülnek egymástól? Nem azt kell mondanunk inkább, hogy: a 'tudatlan vagyok' a tudatlanság része?

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: Of course. All I can say truly is: 'I am', all else is inference. But the inference has become a habit. Destroy all habits of thinking and seeing. The sense 'I am' is the manifestation of a deeper cause, which you may call self, God, reality or by any other name. The 'I am' is in the world; but it is the key which can open the door out of the world. The moon dancing on the water is seen in the water, but it is caused by the moon in the sky and not by the water.

Q: Still the main point seems to escape me. I can admit that the world in which I live and move and have my being is of my own creation, a projection of myself, of my imagination, on the unknown world, the world as it is, the world of 'absolute matter', whatever this matter may be. The world of my own creation may be quite unlike the ultimate, the real world, just like the cinema screen is quite unlike the pictures projected onto it. Nevertheless, this absolute world exists, quite independent of myself.

M: Quite so, the world of Absolute Reality, onto which your mind has projected a world of relative unreality is independent of yourself, for the very simple reason that it is yourself.

Q: Is there no contradiction in terms? How can independence prove identity?

M: Examine the motion of change and you will see. What can change while you do not change, can be said to be independent of you. But what is changeless must be one with whatever else is changeless. For, duality implies interaction and interaction means change. In other words, the absolutely material and the absolutely spiritual, the totally objective and the totally subjective are identical, both in substance and essence.

Q: Like in a tri-dimensional picture, the light forms its own screen.

M: Any comparison will do. The main point to grasp is that you have projected onto yourself a world of your own imagination, based on memories, on desires and fears, and that you have imprisoned yourself in it. Break the spell and be free.

Q: How does one break the spell?

M: Assert your independence in thought and action. After all, all hangs on your faith in yourself, on the conviction that what you see and hear, think and feel is real. Why not question your faith? No doubt, this world is painted by you on the screen of private consciousness and is entirely your own private

M: Természetesen. Az egyetlen megbízható igazság: 'én vagyok', minden más következtetés. De a következtetés szokássá vált. Semmisíts meg minden gondolkodással és kereséssel kapcsolatos szokást. Az 'én vagyok' érzése egy mélyebb ok megnyilatkozása, amit nevezhetsz úgy, hogy Én, Isten, valóság, vagy lehet bármilyen más neve. Az 'én vagyok' a világban van; de ez a kulcs, amely ki tudja nyitni a világból kivezető ajtót. A vízen táncoló holdfény a vízen látható, de az égen lévő hold az okozója, és nem a víz.

K: Azt hiszem, még mindig nem értem a lényegét. El tudom fogadni, hogy a világ, amelyben élek és mozgok, és élem az életem, az én teremtményem, a saját kivetitésem, a képzeletem kivetítése az ismeretlen világra, a valóban létező világra, az 'abszolút anyag' világára, bármi is ez az anyag. Az általam teremtett világ teljesen eltérhet a végső, a valódi világtól, mint ahogy egy mozivászon is teljesen eltér a rávetített képektől. Mindazonáltal, ez az abszolút világ létezik, tőlem teljesen függetlenül.

M: Igazad van, az Abszolút Valóság világa, amelyre az elméd rávetítette a viszonylagos valótlan világát, önmagadtól független, azon egyszerű oknál fogva, hogy az te önmagad vagy.

K: Nincs itt valamilyen ellentmondás? A függetlenség hogyan bizonyíthatná az azonosságot?

M: A változásnak a motívumát vizsgálj, és meg fogod érteni. Ami megváltozhat, miközben te nem változol, az tőled függetlennek mondható. De ami változatlan, annak azonosnak kell lennie minden egyéb változatlannal. Tehát a dualitás kölcsönhatást implikál, és a kölcsönhatás változást jelent. Más szavakkal, az abszolút materiális és az abszolút spirituális, a totálisan objektív és a totálisan szubjektív azonosak, mind tartalmukat, mind lényegüket illetően.

K: Mint ahogy a háromdimenziós képek esetében is, a fény kialakítja saját vetítővásznát.

M: Ahhoz hasonlítod, amihez akarod. A lényeg, hogy magadra vetítetted saját képzeleted világát, az emlékezet alapján, a vágyak és félelmek alapján, és belébörtönöztetted magad. Törd meg a varázst, és légy szabad.

K: Hogy török meg a varázst?

M: Erősítsd gondolkozásod és cselekvésed függetlenségét. Végül is, minden azon múlik, hogy hiszel önmagadnak, hogy meg vagy róla győződve, hogy amit látsz és hallasz, gondolsz és érzel, az valóság. Miért nem kérdőjelezted meg hitedet? Nem kétséges, ezt a világot te festetted a tudatosság

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

world. Only your sense 'I am', though in the world, is not of the world. By no effort of logic or imagination can you change the 'I am' into 'I am not'. In the very denial of your being you assert it. Once you realise that the world is your own projection, you are free of it. You need not free yourself of a world that does not exist, except in your own imagination. However is the picture, beautiful or ugly, you are painting it and you are not bound by it. Realise that there is nobody to force it on you, that it is due to the habit of taking the imaginary to be real. See the imaginary as imaginary and be free of fear.

Just as the colours in this carpet are brought out by light but light is not the colour, so is the world caused by you but you are not the world.

That which creates and sustains the world, you may call it God or providence, but ultimately you are the proof that God exists, not the other way round. For, before any question about God can be put, you must be there to put it.

Q: God is an experience in time, but the experiencer is timeless.

M: Even the experiencer is secondary. Primary is the infinite expanse of consciousness, the eternal possibility, the immeasurable potential of all that was, is, and will be. When you look at anything, it is the ultimate you see, but you imagine that you see a cloud or a tree.

Learn to look without imagination, to listen without distortion: that is all. Stop attributing names and shapes to the essentially nameless and formless, realise that every mode of perception is subjective, that what is seen or heard, touched or smelt, felt or thought, expected or imagined, is in the mind and not in reality, and you will experience peace and freedom from fear.

Even the sense of 'I am' is composed of the pure light and the sense of being. The 'I' is there even without the 'am'. So is the pure light there whether you say 'I' or not. Become aware of that pure light and you will never lose it. The beingness in being, the awareness in consciousness, the interest in every experience -- that is not describable, yet perfectly accessible, for there is nothing else.

Q: You talk of reality directly -- as the all-pervading, ever-present, eternal, all-knowing, all-energizing first cause. There are other teachers, who refuse to discuss reality at all. They say reality is beyond the mind while all discussions are within the realm of the

vásznára, és teljes egészében a te saját privát világod. Egyedül az 'én vagyok' érzésed az, amely jóllehet a világban van, nem a világé. Semmilyen logikai vagy képzeleti erőfeszítéssel nem cserélheted fel az 'én vagyok'-ot, 'én nem vagyok'-ra. A tagadással valójában létezésedet erősíted. Amint felismered, hogy a világ a te kivetítésed, szabaddá válsz tőle. Nem kell felszabadítanod önmagad egy olyan világtól, amely nem létezik, csak a te saját képzeletedben. Bármilyen is a kép, szép, avagy csúnya, te fested azt, és nem vagy általa megkötve. Ismerd fel, hogy senki sincs, aki rád erőszakolná, hogy az a képzelet valóságának tartásának szokásából ered. Lásd a képzeletbelit képzeletbelinek, és szabadulj meg a félelemtől.

Mint ahogy ennek a szőnyegnek a színei fényből erednek, de a fény nem a szín, úgy vagy a világnak te az okozója, de te nem vagy a világ.

Azt, ami teremti és fenntartja a világot, nevezheted Istennek, vagy gondviselésnek, de végső soron te vagy a bizonyítéka, hogy Isten létezik, nem lehet másképp. Mert, mielőtt bármilyen kérdés feltehetőnél Istenről, neked ott kell lenned, hogy feltedd.

K: Isten egy időbeni tapasztalás, de a tapasztaló időtlen.

M: Még a tapasztaló is másodlagos. Ami elsődleges, az a tudatosság végtelen kiterjedése, az örök lehetőség, a mérhetetlen potenciálja mindennek, ami volt, van és lesz. Amikor ránézel valamire, a végső az, amit látsz, de te azt képzeled, hogy felhőt, vagy fát látsz.

Tanulj meg képzelődés nélkül nézni, torzítás nélkül hallani: ez minden. Hagyd abba a lényegét tekintve név- és formánélkülinek névvel és formával való jellemzését, ismerd fel, hogy az észlelés mindenféle módja szubjektív, hogy amit látsz, vagy hallasz, tapintasz, vagy szagolsz, érzel, vagy gondolsz, elvársz, vagy elképzelsz, az az elmében van, és nem a valóságban, és meg fogod tapasztalni a békét és a félelem nélküli életet.

Még az 'én vagyok' érzését is a tiszta fény és a lét érzése alkotják. Az 'én' még a 'vagyok' nélkül is van. Ugyanígy tiszta fény is van, akár mondd, hogy 'én', akár nem. Válj tudatossá erre a tiszta fényre, és soha nem fogod azt elveszíteni. A létezőség a létben, az éberség a tudatosságban, az érdeklődés a tapasztalatokban – ami nem leírható, mégis tökéletesen hozzáférhető, mert semmi más nincs.

K: Közvetlen valóságról beszélsz – mint a mindent betöltő, mindig jelenlévő, mindentudó, mindent gerjesztő első okról. Más tanítók azt is elutasítják, hogy egyáltalán beszéljenek a valóságról. Azt mondják, hogy a valóság az elmén túl van,

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

mind, which is the home of the unreal. Their approach is negative; they pinpoint the unreal and thus go beyond it into the real.

M: The difference lies in the words only. After all, when I talk of the real, I describe it as not-unreal, space-less, time-less, cause-less, beginning-less and end-less. It comes to the same. As long as it leads to enlightenment, what does the wording matter? Does it matter whether you pull the cart or push it, as long as it is kept rolling? You may feel attracted to reality at one time and repelled from the false at another; these are only moods which alternate; both are needed for perfect freedom. You may go one way or another -- but each time it will be the right way at the moment; just go wholeheartedly, don't waste time on doubting or hesitating. Many kinds of food are needed to make the child grow, but the act of eating is the same. Theoretically -- all approaches are good. In practice, and at a given moment, you proceed by one road only. Sooner or later you are bound to discover that if you really want to find, you must dig at one place only -- within.

Neither your body nor mind can give you what you seek -- the being and knowing your self and the great peace that comes with it.

Q: Surely there is something valid and valuable in every approach.

M: In each case the value lies in bringing you to the need of seeking within. Playing with various approaches may be due to resistance to going within, to the fear of having to abandon the illusion of being something or somebody in particular. To find water you do not dig small pits all over the place, but drill deep in one place only. Similarly, to find your self you have to explore yourself. When you realise that you are the light of the world, you will also realise that you are the love of it; that to know is to love and to love is to know.

Of all the affections the love of oneself comes first. Your love of the world is the reflection of your love of yourself, for your world is of your own creation. Light and love are impersonal, but they are reflected in your mind as knowing and wishing oneself well. We are always friendly towards ourselves. But not always wise. A *Yogi* is a man whose goodwill is allied to wisdom.

miközben minden beszéd az elme birodalmán belül van, ami a nem valódi otthona. Az ő megközelítésük negatív; a nem valódit támadják és így jutnak azon túl, a valóságba.

M: Különbség csak a szavak terén van. Végül is, amikor én a valóságról beszélek, úgy írom azt le, mint ami nem valótlan, tér nélküli, időtlen, alaptalan, kezdet nélküli és vég nélküli. Mindkettő ugyanoda vezet. Amíg megvilágosodáshoz vezet, miért számít a megfogalmazás? Számít, hogy húzod a talicskát, vagy tolod, amíg az gurul? Érezhetsz vonzódást a valósággal, és ugyanakkor elutasítást a hamissal kapcsolatban; ezek csak hangulatok, amelyek váltakoznak; mindegyikre szükség van a tökéletes megszabaduláshoz. Haladhatsz egyik úton, vagy másikon – de minden esetben az lesz a megfelelő út, az adott pillanatban; csak haladj teljes szívvel, ne pazarold az időt kételkedésre és bizonytalankodásra. A gyermek felnövekedéséhez sokféle ételre van szükség, de az evés aktusa ugyanaz. Elvileg minden megközelítés jó. A gyakorlatban, és az adott pillanatban, csak egyetlen úton haladsz. Előbb vagy utóbb föl kell, hogy fedezd, hogy ha valóban találni akarsz, egyetlen helyen kell ásni csupán – belül.

Sem a tested, sem az elméd nem tudja megadni, amit keresel – a létet és önmagad ismeretét, és a hatalmas békét, ami vele jár.

K: Bizonyára mindegyik megközelítés érvényes és értékes bizonyos fokig.

M: Mindegyiknek az esetében az az érték, hogy elvezet téged a belső keresés igényéhez. Lehet, hogy a befelé való haladás iránti ellenállásod miatt játszol különböző megközelítésekkel, azért, mert félsz feladni az illúziót, hogy valami vagy valaki egyedi vagy. Ahhoz, hogy vizet találj, nem sok kis gödröt kell ásnod, hanem csak egyetlen helyen kell lefúrnod. Ugyanígy kell éned megtalálásához felfedezned önmagad. Amikor felismered, hogy te vagy a világnak a fénye, azt is fel fogod ismerni, hogy te vagy annak szeretete is; hogy ismerni azt jelenti szeretni, és szeretni azt jelenti, hogy ismerni.

Az összes szeretet közül az önszeretet az elsőség. A világ iránti szereteted önmagad szeretetének a tükörképe, mert a világ a te saját teremtményed. A fény és a szeretet személytelenek, de elmédben ismeretként, és önmagad iránti való jókívánságként tükröződnek. Mindig jóakaratók vagyunk önmagunkkal szemben. De nem vagyunk mindig bölcssek. A *Yogi* az az ember, akinek jóakarata és bölcsessége azonos mértékű.

45. What Comes and Goes has no Being

Questioner: I have come to be with you, rather than to listen. Little can be said in words, much more can be conveyed in silence.

Maharaj: First words, then silence. One must be ripe for silence.

Q: Can I live in silence?

M: Unselfish work leads to silence, for when you work selflessly, you don't need to ask for help. Indifferent to results, you are willing to work with the most inadequate means. You do not care to be much gifted and well equipped. Nor do you ask for recognition and assistance. You just do what needs to be done, leaving success and failure to the unknown. For everything is caused by innumerable factors, of which your personal endeavour is but one. Yet such is the magic of man's mind and heart that the most improbable happens when human will and love pull together.

Q: What is wrong with asking for help when the work is worthy?

M: Where is the need of asking? It merely shows weakness and anxiety. Work on, and the universe will work with you. After all the very idea of doing the right thing comes to you from the unknown. Leave it to the unknown as far as the results go, just go through the necessary movements. You are merely one of the links in the long chain of causation. Fundamentally, all happens in the mind only. When you work for something whole-heartedly and steadily, it happens, for it is the function of the mind to make things happen. In reality nothing is lacking and nothing is needed, all work is on the surface only. In the depths there is perfect peace. All your problems arise because you have defined and therefore limited yourself. When you do not think yourself to be this or that, all conflict ceases. Any attempt to do something about your problems is bound to fail, for what is caused by desire can be undone only in freedom from desire. You have enclosed yourself in time and space, squeezed yourself into the span of a lifetime and the volume of a body and thus created the innumerable conflicts of life and death, pleasure and pain, hope and fear. You cannot be rid of problems without abandoning illusions.

Q: A person is naturally limited.

M: There is no such thing as a person. There are only restrictions and limitations. The sum total of

45. Ami jön és megy, annak nincs léte

Kérdező: Inkább azért jöttem, hogy a közeledben legyek, mint hallgatni. Beszélgethetünk egy keveset, de csendben sokkal több átadható.

Maharaj: Először szavak, aztán csend. Meg kell érni a csendre.

K: Tudok csendben élni?

M: Az önzetlen munka csendhez vezet, mert amikor önzetlenül dolgozol, nincs szükséged rá, hogy kérj. Ha közömbös vagy az eredmények iránt, kész vagy a legalkalmatlanabb eszközökkel is dolgozni. Nem törődsz azzal, hogy nagyon érts hozzá, és hogy jó felszerelésed legyen. Nem kérsz sem elismerést, se támogatást. Csak teszed, amit tenned kell, a sikert és a kudarcot az ismeretlenre bízva. Mert mindennek számtalan oka van, amelyek közül a te személyes erőfeszítésed csak az egyik ok. Az emberi elme és szív mégis annyira csodálatos, hogy amikor az emberi akarat és szeretet együttműködnek, a legvalószínűtlenebb is megtörténik.

K: Miért baj, hogy segítséget kérek, amikor sok a munka?

M: Honnan a kérés szükséglete? Ami pusztán csak gyengeséget, és aggodalmat jelez. Cselekedj, és az univerzum veled fog cselekedni. Tulajdonképpen a helyes cselekvés ideáját az ismeretlenből kapod. Ami az eredményeket illeti, hagyd rá az ismeretlenre, te csak add át magad a szükséges mozgásoknak. Te pusztán a láncszemek egyike vagy az okság hosszú láncában. Lényegét tekintve minden az elmében történik csupán. Amikor valamiért teljes szívvel, és komolyan dolgozol, akkor az megtörténik, mert az elmének az a funkciója, hogy a dolgokat megtörtétté tegye. Valójában semmi nem hiányzik, és semmire nincs szükség, minden munka a felszínen zajlik csupán. A mélységekben tökéletes béke honol. Minden problémád azért merül fel, mert meghatároztad, ezáltal korlátoztad magad. Amikor nem ekként vagy akként gondolsz önmagadra, minden konfliktus megszűnik. Minden olyan kísérletnek meg kell hiúsulnia, hogy csinálj valamit a problémáiddal, mert amit vágy okozott, azt meg nem törtétté tenni csak vágymentesen lehet. Időbe és térbe zártad magad, beleprésted magad egy élettartamba, és a test volumenébe, és ezzel megszámlálhatatlan élet és halál, élvezet és fájdalom, remény és félelem konfliktust teremtettél. Nem tudsz a problémáktól megszabadulni az illúziók elhagyása nélkül.

K: A személy természetéből kifolyólag korlátozott.

M: Nincs olyan dolog, mint személy. Csak megszorítások, és korlátozások vannak. Ezek

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

these defines the person. You think you know yourself when you know *what* you are. But you never know *who* you are. The person merely appears to be, like the space within the pot appears to have the shape and volume and smell of the pot. See that you are not what you believe yourself to be. Fight with all the strength at your disposal against the idea that you are nameable and describable. You are not. Refuse to think of yourself in terms of this or that. There is no other way out of misery, which you have created for yourself through blind acceptance without investigation. Suffering is a call for enquiry, all pain needs investigation. Don't be too lazy to think.

Q: Activity is the essence of reality. There is no virtue in not working. Along with thinking something must be done.

M: To work in the world is hard, to refrain from all unnecessary work is even harder.

Q: For the person I am all this seems impossible.

M: What do you know about yourself? You can only be what you are in reality; you can only appear what you are not. You have never moved away from perfection. All idea of self-improvement is conventional and verbal. As the sun knows not darkness, so does the self know not the non-self. It is the mind, which by knowing the other, becomes the other. Yet the mind is nothing else but the self. It is the self that becomes the other, the notself, and yet remains the self. All else is an assumption. Just as a cloud obscures the sun without in any way affecting it, so does assumption obscure reality without destroying it. The very idea of destruction of reality is ridiculous; the destroyer is always more real than the destroyed. Reality is the ultimate destroyer. All separation, every kind of estrangement and alienation is false. All is one -- this is the ultimate solution of every conflict.

Q: How is it that in spite of so much instruction and assistance we make no progress?

M: As long as we imagine ourselves to be separate personalities, one quite apart from another, we cannot grasp reality which is essentially impersonal. First we must know ourselves as witnesses only, dimensionless and timeless centres of observation, and then realise that immense ocean of pure awareness, which is both mind and matter and beyond both.

Q: Whatever I may be in reality, yet I feel myself to be a small and separate person, one amongst many.

összessége határozza meg a személyt. Azt gondolod, akkor ismered önmagad, ha tudod, hogy *mi* vagy. De soha nem tudod, hogy *ki* vagy. A személy csak látszólag létezik, az edényben lévő térhez hasonlóan, amely felveszi az edény formáját, volumenét és szagát. Lásd, hogy nem az vagy, aminek lenni hiszed önmagad. Küzdj minden erőddel, hogy megszabadulj az ideától, hogy megnevezhető és leírható vagy. Nem vagy az. Utasítsd el, hogy ekként, vagy akként gondolj önmagadra. Nincs más kiút a szenvedésből, amelyet te teremtettél önmagadnak vak elfogadás révén, vizsgálat nélkül. A szenvedés a kutatásra való felhívás, minden fájdalmat meg kell vizsgálni. Ne legyél túlságosan lusta gondolkodni.

K: Tevékenység a valóság lényege. Nem erényes dolog nem dolgozni. A gondolkodás mellett tenni is kell valamit.

M: Munkálkodni a világban nehéz dolog, tartózkodni az összes szükségtelen munkától még nehezebb.

K: A személy számára, aki vagyok, mindez lehetetlenségnek tűnik.

M: Mit tudsz te önmagadról? Csak az lehetsz, ami valóban vagy; annak csak annak látszódhatsz, ami nem vagy. Soha nem távolodtál el a tökéletességtől. Az önfejlesztés szokásszerűek, és verbálisak. Ahogy a nap nem ismeri a sötétséget, úgy az én sem ismeri a nem-ént. Az elme az, amely a másikat megismerve, a másikká válik. Mégis, az elme semmi más, mint az én. Az én az, ami a másikká válik, a nem-énné, és mégis az én marad. Minden más feltevés. Mint ahogy a felhő sincs semmilyen hatással a napra, amikor elrejt, úgy a feltételezés is a nélkül rejt el a valóságot, hogy megsemmisítené azt. A valóság megsemmisítésének az ideája valójában képtelenség; a pusztító mindig sokkal valószínűbb, mint az elpusztított. A valóság a végső pusztító. Minden elkülönülés, mindenféle eltávolodás és elidegenedés hamis. Minden egy – ez a végső megoldás minden konfliktusra.

K: Miként van az, hogy olyan sok tanítás és segítség ellenére egy helyben topogunk?

M: Amíg elkülönült, egymástól teljesen különálló személyeknek képzeljük magunkat, addig nem tudjuk megragadni a valóságot, amely lényegében személytelen. Először önmagunkat csupán tanúként, a megfigyelés kiterjedés nélküli, és időtlen centrumaként kell ismernünk, és akkor felismerjük benne a tiszta éber-tudatosság roppant óceánját, amely azonos mind az elmével, mind az anyaggal, és mindkettőn túli.

K: Akármilyen vagyok valójában, mégis kicsinek és elkülönült személynek érzem magam, egynek a sok

M: Your being a person is due to the illusion of space and time; you imagine yourself to be at a certain point occupying a certain volume; your personality is due to your self-identification with the body. Your thoughts and feelings exist in succession, they have their span in time and make you imagine yourself, because of memory, as having duration. In reality time and space exist in you; you do not exist in them. They are modes of perception, but they are not the only ones. Time and space are like words written on paper; the paper is real, the words merely a convention. How old are you?

Q: Forty-eight.

M: What makes you say forty-eight? What makes you say: I am here? Verbal habits born from assumptions. The mind creates time and space and takes its own creations for reality. All is here and now, but we do not see it. Truly, all is in me and by me. There is nothing else. The very idea of 'else' is a disaster and a calamity.

Q: What is the cause of personification, of self-limitation in time and space?

M: That which does not exist cannot have a cause. There is no such thing as a separate person. Even taking the empirical point of view, it is obvious that everything is the cause of everything, that everything is as it is, because the entire universe is as it is.

Q: Yet personality must have a cause.

M: How does personality, come into being? By memory. By identifying the present with the past and projecting it into the future. Think of yourself as momentary, without past and future and your personality dissolves.

Q: Does not 'I am' remain?

M: The word 'remain' does not apply. 'I am' is ever afresh. You do not need to remember in order to *be*. As a matter of fact, before you can experience anything, there must be the sense of being. At present your being is mixed up with experiencing. All you need is to unravel being from the tangle of experiences. Once you have known pure being, without being this or that, you will discern it among experiences and you will no longer be misled by names and forms.

Self-limitation is the very essence of personality.

Q: How can I become universal?

közül.

M: Lényed a tér és idő illúziója miatt személy; egy meghatározott térfogatot elfoglaló meghatározott egységnek képzeled magad; személyiséged a testtel való önazonosításod következménye. Saját időközökben sorjázó gondolataid és érzéseid, valamint emlékezeted miatt képzeled önmagadat időtartammal rendelkezőnek. Valójában az idő és a tér benned vannak; nem te vagy bennük. Észlelési módok, de nem az egyedüliek. Idő és tér olyanok, mint a papírra vetett szavak; a papír a valóság, a szavak pusztán konvenció. Hány éves vagy?

K: Negyvennyolc.

M: Mi miatt mondod, hogy negyvennyolc? Mi miatt mondod: itt vagyok? A verbális szokások feltételezésekből születtek. Az elme időt és teret teremt, majd saját teremtményeit valóságnak tekinti. Minden itt és most van, de mi ezt nem látjuk. Valójában minden bennem, és általam van. Nincs semmi más. A 'más' ideája igazi csapás és szerencsétlenség.

K: Mi okozza a megszemélyesülést, az idő- és térbeli önkorlátozást?

M: Ami nem létezik, nem lehet oka. Nem létezik olyan dolog, mint különálló személy. Még a tapasztalati szempontokat tekintve is nyilvánvaló, hogy minden mindennek az oka, hogy minden olyan, amilyen, mert az egész univerzum olyan, amilyen.

K: A személyiségnek mégiscsak kell, hogy oka legyen.

M: Hogyan születik a személyiség? Az emlékezet révén. A jelennek a múlttal való azonosításával, és a jövőbe való kivetítésével. Gondold magad pillanatnyinak, múlt és jövő nélkülinek, és személyiséged szertefoszlik.

K: Az 'én vagyok' nem marad meg?

M: A 'megmarad' szó használata itt nem alkalmas. Az 'én vagyok' mindig új. Nincs szükséged emlékezetre ahhoz, hogy *legyél*. Valójában, a tapasztalást meg kell, hogy előzze a lét érzése. Jelenleg a léted össze van keveredve a tapasztalással. Mindössze annyit kell tenned, hogy kibogozod a léted a tapasztalatok gubancából. Amint eljutsz a tiszta, ez vagy az nélküli lét ismeretéig, meg fogod azt különböztetni a tapasztalatoktól, és nem leszel többé nevektől és formáktól félrevezetve.

Az ön-korlátozás a személyiség valódi lényege.

K: Hogyan válhatok egyetemessé?

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: But you are universal. You need not and you cannot become what you are already. Only cease imagining yourself to be the particular. What comes and goes has no being. It owes its very appearance to reality. You know that there is a world, but does the world know you? All knowledge flows from you, as all being and all joy. Realise that you are the eternal source and accept all as your own. Such acceptance is true love.

Q: All you say sounds very beautiful. But how has one to make it into a way of living?

M: Having never left the house you are asking for the way home. Get rid of wrong ideas, that is all. Collecting right ideas also will take you nowhere. Just cease imagining.

Q: It is not a matter of achievement, but of understanding.

M: Don't try to understand. Enough if you do not misunderstand. Don't rely on your mind for liberation. It is the mind that brought you into bondage. Go beyond it altogether.

What is beginningless cannot have a cause. It is not that you knew what you are and then you have forgotten. Once you know, you cannot forget. Ignorance has no beginning, but can have an end. Enquire: who is ignorant and ignorance will dissolve like a dream. The world is full of contradictions, hence your search for harmony and peace. These you cannot find in the world, for the world is the child of chaos. To find order you must search within. The world comes into being only when you are born in a body. No body -- no world. First enquire whether you are the body. The understanding of the world will come later.

Q: What you say sounds convincing, but of what use is it to the private person, who knows itself to be in the world and of the world?

M: Millions eat bread, but few know all about wheat. And only those who know can improve the bread. Similarly, only those who know the self, who have seen beyond the world, can improve the world. Their value to private persons is immense, for they are their only hope of salvation. What is in the world cannot save the world; if you really care to help the world you must step out of it.

Q: But can one step out of the world?

M: Who was born first, you or the world? As long as you give first place to the world, you are bound by it; once you realise, beyond all trace of doubt that the

M: De hiszen egyetemes vagy. Nem kell, és nem tudsz azzá válni, ami már vagy. Csak hagyd abba, hogy elkülönültnek képzeled önmagad. Ami jön és megy, annak nincs léte. Ez hozzátartozik a valóság igazi megjelenéséhez. Te tudod, hogy van világ, de a világ tud-e rólad? Minden tudás tőled ered, mint ahogy minden lét és öröm is. Ismerd fel, hogy te vagy az örök forrás, és fogadj el mindent, mint a te sajátodat. Az ilyen elfogadás az igazi szeretet.

K: Mindaz, amit mondasz, nagyon szépen hangzik. De hogyan lehet életmóddá tenni?

M: Soha el sem hagyva a házat, azt kérdezed, hogy merre van hazafelé. Távolítsd el a rossz ideákat, ez minden. A jó ideák gyűjtése sem vezet sehová. Csak hagyd abba a képzelődést.

K: Ez nem véghezvitel, hanem megértés kérdése.

M: Ne próbálkozz a megértésével. Elegendő, ha nem érted félre. Ne támaszkodj az elmédre a megszabadulás érdekében. Épphogy az elme okozta a kötelékeidet. Lépj rajta túl teljesen.

Ami kezdet nélküli, annak nem lehet oka. Nem arról van szó, hogy tudtad, ki vagy, aztán elfelejtetted. Ha egyszer tudsz róla, nem tudod elfelejteni. A tudatlanságnak nincs kezdete, de véget érhet. Kutasd: ki tudatlan, és tudatlanságod szertefoszlik, mint egy álom. A világ tele van ellentmondásokkal, ebből eredően keresed a harmóniát és a békét. Ezeket nem találhatod meg a világban, mert a világ a káosz gyermeke. Ha rá akarsz találni a rendre, akkor belül kell keresned. A világ csak akkor születik meg, amikor megszületted egy testben. Ha nincs test – nincs világ. Először azt vizsgáld, hogy te vagy-e a test. A világ megértése később fog következni.

K: Meggyőzőnek hangzik, amit mondasz, de mi a haszna egy magányszemély számára, aki önmagát a világban élőnek, és a világnak tudja?

M: Milliók esznek kenyeret, de kevesen vannak, akik mindent tudnak a búzáról. És csak akik ismerik, tudják tökéletesíteni a kenyeret. Hasonlóképpen, csak akik ismerik az ént, akik beláttak a világ mögé, tudják megjavítani a világot. Az ő értékük mérhetetlen a magányszemély számára, mert ők csak az üdvözülésükben reménykednek. A világban lévő nem mentheti meg a világot; ha valóban törődsz a világ megmentésével, ki kell belőle lépned.

K: De ki tud-e lépni az ember a világból?

M: Ki született előbb, te, vagy a világ? Amíg a világot teszed az első helyre, addig meg vagy kötve általa; amint felismered, hogy a világ a kétség

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

world is in you and not you in the world, you are out of it. Of course your body remains in the world and of the world, but you are not deluded by it. All scriptures say that before the world was, the Creator was. Who knows the Creator? He alone who was before the Creator, your own real being, the source of all the worlds with their creators.

Q: All you say is held together by your assumption that the world is your own projection. You admit that you mean your personal, subjective world, the world given you through your senses and your mind. In that sense each one of us lives in a world of his own projection. These private worlds hardly touch each other and they arise from and merge into the 'I am' at their centre. But surely behind these private worlds there must be a common objective world, of which the private worlds are mere shadows. Do you deny the existence of such an objective world, common to all?

M: Reality is neither subjective nor objective, neither mind nor matter, neither time nor space. These divisions need somebody to whom to happen, a conscious separate centre. But reality is all and nothing, the totality and the exclusion, the fullness and the emptiness, fully consistent, absolutely paradoxical. You cannot speak about it, you can only lose your self in it. When you deny reality to anything, you come to a residue which cannot be denied.

All talk of *gnana* is a sign of ignorance. It is the mind that imagines that it does not know and then comes to know. Reality knows nothing of these contortions. Even the idea of God as the Creator is false. Do I owe my being to any other being? Because I *am*, all is.

Q: How can it be? A child is born into the world, not the world into the child. The world is old and the child is new.

M: The child is born into your world. Now, were you born into your world, or did your world appear to you? To be born means to create a world round yourself as the centre. But do you ever create yourself? Or did anyone create you? Everyone creates a world for himself and lives in it, imprisoned by one's ignorance. All we have to do is to deny reality to our prison.

Q: Just as the waking state exists in seed form during sleep, so does the world the child creates on being born exist before its birth. With whom does the seed lie?

minden nyoma nélkül benned van, és nem te vagy a világban, kívül kerültél rajta. Természetesen a tested a világban, és a világé marad, de ez nem téveszt meg téged. Minden szent könyvben az áll, hogy mielőtt a világ lett volna, a Teremtő volt. Ki ismeri a Teremtőt? Ő egyedül, aki már a Teremtő előtt volt, a te valódi lényed, az egész világ forrása, annak teremtőivel együtt.

K: Minden, amiről beszélsz azon feltételezésedre épül, hogy a világ a te saját kivetítésed. Elismered, hogy egy személyes, szubjektív világra gondolsz, egy érzékszerveid és elméd által közvetített világra. Ebben az értelemben mindegyikünk a saját kivetített világában él. Ezek a privát világok alig érintkeznek egymással, és keletkezésük és 'én vagyok'-ba olvadásuk azok centrumában történik. De nyilvánvaló, hogy e privát világok mögött lennie kell egy közös objektív világnak, amelynek a privát világok csupán árnyékai. Elutasítod a létezését egy ilyen objektív világnak, amely mindenre nézve közös?

M: A valóság se szubjektív, se objektív, sem elme, sem anyag, se idő, se tér. Ilyen felosztásokra annak van szüksége, aki számára a tudatosság egy különálló centrum. De a valóság minden és semmi, a totalitás és a kizárás, a teljesség és az üresség. Nem tudsz beszélni róla, csak énedet tudod elveszíteni benne. Amikor tagadod valaminek a valóságát, a fennmaradó részt nem tudod elutasítani.

Minden beszéd, ami a *gnanáról* szól, a tudatlanság jele. Az elme azt képzei, hogy nem ismer, majd megismerésre jut. A valóság semmit nem tud ezekről a torzulásokról. Még az az idea is hamis, miszerint Isten lenne a Teremtő. Hozzá tartozik-e az én létem bármilyen más léthez? Azért *van* minden, mert én *vagyok*.

K: Ez hogy lehetséges? A gyermek születik a világba, nem a világ a gyermekbe. A világ régi, és a gyermek új.

M: A gyermek beleszületik a te világodba. Na már most, te születtél bele a te világodba, vagy a te világod jelent meg a te számodra? Születni annyit jelent, mint teremteni egy világot önmagad, mint centrum köré. De teremtet-e valaha is önmagad? Vagy valaki megteremtett téged? Mindenki teremt önmagának egy világot, és abban él, tudatlansága által bebörtönözve. Mindössze annyit kell tennünk, hogy tagadjuk börtönünk valóságát.

K: Ahogy az alvó állapotban benne van csíra formájában az ébrenléti állapot, ugyanúgy van benne a világban a gyermek megszületésének a lehetősége, a születés előtt. Hol van a csíra?

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

M: With him who is the witness of birth and death, but is neither born nor dies. He alone is the seed of creation as well as its residue. Don't ask the mind to confirm what is beyond the mind. Direct experience is the only valid confirmation.

M: Annál, aki tanúja a születésnek és halálnak, de se nem születik, se nem hal meg. Egyedül ő a teremtés csírája, valamint maradványa. Ne az elmétől várd annak megerősítését, ami az elmén túl van. A közvetlen tapasztalat az egyetlen érvényes megerősítés.

46. Awareness of Being is Bliss

Questioner: By profession I am a physician. I began with surgery, continued with psychiatry and also wrote some books on mental health and healing by faith. I came to you to learn the laws of spiritual health.

46. A létezés tudatossága boldogság

Kérdező: A foglalkozásom orvos. Sebészettel kezdtem, pszichiátriával folytattam, írtam is néhány könyvet a mentális egészségről, és a hit általi gyógyulásról. Eljöttem el hozzád, hogy megtanuljam a spirituális egészség törvényeit.

Maharaj: When you are trying to cure a patient, what exactly are you trying to cure? What is cure? When can you say that a man is cured?

Maharaj: Amikor egy beteg gyógyításával fáradozol, pontosan mi az, amit megpróbálsz meggyógyítani? Mi a gyógyítás? Mikor mondhatjuk hogy egy ember meg van gyógyítva?

Q: I seek to cure the body as well as improve the link between the body and the mind. I also seek to set right the mind.

K: A test meggyógyítására törekszem, valamint megpróbálom kijavítani a kapcsolatot a test és az elme között. Megpróbálom rendbe hozni az elmét is.

M: Did you investigate the connection between the mind and the body? At what point are they connected?

M: Tanulmányoztad az elme és a test közötti kapcsolatot? Mely ponton kapcsolódnak?

Q: Between the body and the indwelling consciousness lies the mind.

K: A test és az immanens tudatosság között fekszik az elme.

M: Is not the body made of food? And can there be a mind without food?

M: A test nem a táplálékból épült fel? És létezhet az elme táplálék nélkül?

Q: The body is built and maintained by food. Without food the mind usually goes weak. But the mind is not mere food. There is a transforming factor which creates a mind in the body. What is that transforming factor?

K: A testet táplálék építi fel és tartja fenn. Táplálék nélkül az elme általában legyengül. De az elme nem pusztán táplálék. Van egy átalakító tényező, amely az elmét létrehozza a testben. Mi ez az átalakító tényező?

M: Just like the wood produces fire which is not wood, so does the body produce the mind which is not the body. But to whom does the mind appear? Who is the perceiver of the thoughts and feelings which you call the mind? There is wood, there is fire and there is the enjoyer of the fire. Who enjoys the mind? Is the enjoyer also a result of food, or is it independent?

M: Mint ahogy a tűzifa létrehozza a tüzet, amely nem fa, úgy hozza létre a test az elmét, amely nem a test. De kinek a számára jelenik meg az elme? Ki észleli a gondolatokat és érzelmeket, amit elmének nevezünk? Van a fa, és van a tűz, és van az, aki a tüzet élvezi. Ki élvezi az elmét? Az élvező is a táplálék eredménye, vagy pedig független?

Q: The perceiver is independent.

K: Az észlelő független.

M: How do you know? Speak from your own experience. You are not the body nor the mind. You say so. How do you know?

M: Honnan tudod? Beszélj saját tapasztalatból. Te nem vagy a test, sem az elme. Így mondod. Honnan tudod?

Q: I really do not know. I guess so.

K: Valójában nem tudom. Így feltételezem.

M: Truth is permanent. The real is changeless. What changes is not real, what is real does not change.

M: Az igazság állandó. A valóság változhatatlan. Ami változik, nem valós, ami valós, nem változik.

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

Now, what is it in you that does not change? As long as there is food, there is body and mind. When the food is stopped, the body dies and the mind dissolves. But does the observer perish?

Q: I guess it does not. But I have no proof.

M: You yourself are the proof. You have not, nor can you have any other proof. You are yourself, you know yourself, you love yourself. Whatever the mind does, it does for the love of its own self. The very nature of the self is love. It is loved, loving and lovable. It is the self that makes the body and the mind so interesting, so very dear. The very attention given to them comes from the self.

Q: If the self is not the body nor the mind, can it exist without the body and the mind?

M: Yes, it can. It is a matter of actual experience that the self has being independent of mind and body. It is being -- awareness -- bliss. Awareness of being is bliss.

Q: It may be a matter of actual experience to you, but it is not my case. How can I come to the same experience? What practices to follow, what exercises to take up?

M: To know that you are neither body nor mind, watch yourself steadily and live unaffected by your body and mind, completely aloof, as if you were dead. It means you have no vested interests, either in the body or in the mind.

Q: Dangerous.

M: I am not asking you to commit suicide. Nor can you. You can only kill the body, you cannot stop the mental process, nor can you put an end to the person you think you are. Just remain unaffected. This complete aloofness, unconcern with mind and body is the best proof that at the core of your being you are neither mind nor body. What happens to the body and the mind may not be within your power to change, but you can always put an end to your imagining yourself to be body and mind. Whatever happens, remind yourself that only your body and mind are affected, not yourself. The more earnest you are at remembering what needs to be remembered, the sooner will you be aware of yourself as you are, for memory will become experience. Earnestness reveals being. What is imagined and willed becomes actuality -- here lies the danger as well as the way out.

Tell me, what steps have you taken to separate your real self, that in you which is changeless, from your body and mind?

Nos, mi nem változik benned? Amíg táplálék van, addig test és elme is van. Amikor a tápláléknak vége, a test meghal, és az elme szertefoszlik. De elpusztul-e a figyelő?

K: Úgy vélem, nem. De nincs rá bizonyítékom.

M: Te magad vagy a bizonyíték. Nincs, és nem is lehet semmilyen más bizonyítékod. Önmagad vagy, ismered önmagad, szereted önmagad. Bármit tesz az elme, azért teszi, mert szereti saját Énjét. Az Én igazi természete a szeretet. Ő szeretett, szerető és szeretetre méltó. Valójában a felé irányuló figyelem az Énből jön.

K: Ha az Én nem a test, és nem is az elme, akkor test és elme nélkül is létezhet?

M: Igen, létezhet. Valóságos tapasztalatom alapján az Én léte független az elmétől és a testtől. Ez a lét – tudatosság – üdvösség. A lét tudatossága üdvösség.

K: Lehet, hogy ez neked valóságos tapasztalatod, de velem nem ez a helyzet. Hogyan szerezhetek ilyen tapasztalatot? Milyen prakszist kell követni, milyen gyakorlatokat kell végezni?

M: Hogy megtudd, hogy nem vagy test, és elme sem, állhatatosan figyeld önmagadat, és élj testedtől és elmédől érintetlenül, teljesen közömbösen, mintha halott lennél. Vagyis ne legyenek egyéni érdekeltségeid, se testeddel, se elméddel kapcsolatban.

K: Ez életveszélyes.

M: Nem azt kérem, hogy legyél öngyilkos. Nem is tudnál. Csak a testet tudod megölni, sem a mentális folyamatokat nem tudod megállítani, sem annak a személynek nem tudsz véget vetni, akinek gondolod magad. Csak maradj érintetlen. Ez a teljes tartózkodás, az elmével és a testtel való nem törődés a legjobb bizonyítéka, hogy létednek sem az elme, sem a test nem lényege. A testeddel és elméddel kapcsolatos történéseket nincs hatalmadban megváltoztatni, de annak bármikor véget vethetsz, hogy testnek és elmének képzeld magad. Bármilyen történik, emlékeztess magad, hogy az csak elmédet és testedet érintik, önmagadat nem. Minél komolyabban emlékszel arra, amire emlékezned kell, annál hamarabb leszel tudatában önmagadnak, aki valójában vagy, mert az emlékezet tapasztalattá válik. Komolyság fedi fel a létet. Amit elképzelsz és akarsz, valósággá válik – ebben rejlik a veszély, valamint a kiút.

Mondd el nekem, milyen lépéseket tettél, hogy elkülönítsd a benned lévő változhatatlan, valódi Ént

Q: I am a medical man, I have studied a lot, I imposed on myself a strict discipline in the way of exercises and periodical fasts and I am a vegetarian.

M: But in the depth of your heart what is it that you want?

Q: I want to find reality.

M: What price are you willing to pay for reality? Any price?

Q: While in theory I am ready to pay any price, in actual life again and again I am being prompted to behave in ways which come in between me and reality. Desire carries me away.

M: Increase and widen your desires till nothing but reality can fulfil them. It is not desire that is wrong, but its narrowness and smallness. Desire is devotion. By all means be devoted to the real, the infinite, the eternal heart of being. Transform desire into love. All you want is to be happy. All your desires, whatever they may be, are expressions of your longing for happiness. Basically, you wish yourself well.

Q: I know that I should not...

M: Wait. Who told you that you should not? What is wrong with wanting to be happy?

Q: The self must go, I know.

M: But the self is there. Your desires are there. Your longing to be happy is there. Why? Because you love yourself. By all means love yourself -- wisely. What is wrong is to love yourself stupidly, so as to make yourself suffer. Love yourself wisely. Both indulgence and austerity have the same purpose in view -- to make you happy. Indulgence is the stupid way, austerity is the wise way.

Q: What is austerity?

M: Once you have gone through an experience, not to go through it again is austerity. To eschew the unnecessary is austerity. Not to anticipate pleasure or pain is austerity. Having things under control at all times is austerity. Desire by itself is not wrong. It is life itself, the urge to grow in knowledge and experience.

It is the choices you make that are wrong. To imagine that some little thing -- food, sex, power, fame -- will make you happy is to deceive yourself.

a testedtől és az elmédétől?

K: Orvos vagyok, sokat tanultam, szigorú fegyelmet sajátítottam el gyakorlatokkal és szigorú böjtökkel, és vegetáriánus vagyok.

M: De mi az, amit a szíved mélyén akarsz?

K: Meg akarom találni a valóságot.

M: Milyen árat vagy hajlandó megfizetni a valóságért? Bármilyen árat?

K: Miközben kész vagyok elméletben bármi árat megfizetni, ténylegesen az életem során újra és újra olyan utakra érzek késztetést, amely közém és a valóság közé furakszik. A vágy félre visz.

M: Addig gyarapítsd és szélesítsd a vágyaidat, amíg semmi más nem felel meg nekik, csak a valóság. Nem a vágy a rossz, hanem annak korlátoltsága és kicsinysége. A vágy odaadás. Feltétel nélkül légy odaadó a valóság iránt, a lét végtelen, örök szíve iránt. Alakítsd át a vágyat szeretetté. Minden akaratod az, hogy boldog légy. Minden vágyad, akármik is azok, a boldogság iránti vágyakozásod kifejeződése. Alapvetően jót kívánsz önmagadnak.

K: Tudom, de nem kellene...

M: Várj. Kitől hallottad, hogy nem kellene? Mi rossz van abban, hogy boldog akarsz lenni?

K: Az énnek mennie kell, tudom.

M: De az én jelen van. Vágyaid vannak. Boldogság utáni vágyad van. Miért? Mert szereted magad. Minden körülmények között szeresd magad -- bölcsen. Akkor van baj, ha bután szereted magad, szenvedést okozva ezzel önmagadnak. Szeresd önmagad bölcsen. Mind az élvezetnek, mind a mértékletességnek láthatólag ugyanaz a célja -- téged boldoggá tenni. Élvezet az ostoba út, mértékletesség a bölcs út.

K: Mi a mértékletesség?

M: Nem menni keresztül ismételtelen azon a tapasztalaton, amelyiken már keresztülmentél -- mértékletesség. Szükségteletől tartózkodni -- mérsékletesség. Élvezetet vagy fájdalmat nem siettetni -- mérsékletesség. A dolgokat állandóan kontroll alatt tartani -- mérsékletesség. A vágy mint olyan, nem helytelen. A vágy maga az élet, a tudás- és tapasztalatbeli növekedésre való ösztönzés.

A választásaid a helytelenek. Azt képzelni, hogy valamilyen csekély dolog -- étel, szex, hatalom, hírnév -- boldoggá tehet, önmagad becsapása. Csak

Sri Nisargadatta Maharaj I AM THAT, magyarul: Én Az vagyok

Only something as vast and deep as your real self can make you truly and lastingly happy.

Q: Since there is nothing basically wrong in desire as an expression of love of self, how should desire be managed?

M: Live your life intelligently, with the interests of your deepest self always in mind. After all, what do you really want? Not perfection; you are already perfect. What you seek is to express in action what you are. For this you have a body and a mind. Take them in hand and make them serve you.

Q: Who is the operator here? Who is to take the body-mind in hand?

M: The purified mind is the faithful servant of the self. It takes charge of the instruments, inner and outer, and makes them serve their purpose.

Q: And what is their purpose?

M: The self is universal and its aims are universal. There is nothing personal about the self. Live an orderly life, but don't make it a goal by itself. It should be the starting point for high adventure.

Q: Do you advise me to come to India repeatedly?

M: If you are earnest, you don't need moving about. You are yourself wherever you are and you create your own climate. Locomotion and transportation will not give you salvation. You are not the body and dragging the body from place to place will take you nowhere. Your mind is free to roam the three worlds -- make full use of it.

Q: If I am free, why am I in a body?

M: You are not in the body, the body is in you. The mind is in you. They happen to you. They are there because you find them interesting. Your very nature has the infinite capacity to enjoy. It is full of zest and affection. It sheds its radiance on all that comes within its focus of awareness and nothing is excluded. It does not know evil nor ugliness, it hopes, it trusts, it loves. You people do not know how much you miss by not knowing your own true self. You are neither the body nor the mind, neither the fuel nor the fire. They appear and disappear according to their own laws.

That which you are, your true self, you love it, and whatever you do, you do for your own happiness. To find it, to know it, to cherish it is your basic urge. Since time immemorial you loved yourself, but never wisely. Use your body and mind wisely in the service

ami annyira hatalmas és mély, mint a te valódi Éned, tehet téged igazán és tartósan boldoggá.

K: Mivel a vágyban, mint az Én szeretetének a kifejezésében alapjában véve semmi rossz nincs, miképpen kell a vágyakat kezelni?

M: Éld az életedet intelligensen, elmédben a legmélyebb Éned iránti érdeklődéssel. Elvégre mit akarsz valójában? Nem tökéletességet; te már tökéletes vagy. Amit keresel, az annak cselekvésben való kifejezése, ami vagy. Ezért van tested és elméd. Vedd őket kézbe, és tedd őket szolgálóddá.

K: Ki működik itt? Ki az, akinek a test-elmét kézbe kell vennie?

M: A megtisztult elme, az Én hűséges szolgálója. Ez veszi gondjaiba az eszközöket, a belsőket és a külsőket egyaránt, és állítja őket céljainak szolgálatába.

K: És mik a célok?

M: Az Én univerzális, és céljai univerzálisak. Semmi nem személyes az Énnel kapcsolatban. Élj egy rendes életet, de ne tűzz ki önmagáért való célt. Ez kell, hogy legyen a kiindulópontja a nagy kalandnak.

K: Mi a tanácsod, jöjjelek el többször Indiába?

M: Ha komoly vagy, e célból meg se kell mozdulnod. Önmagad vagy akárhol vagy, és te teremtetted saját klímádat. Helyváltogatás és utazás révén nem fogsz üdvözülni. Te nem a test vagy, és a test helyről helyre vonszolása nem fog eljuttatni sehová. Elmédnek szabadságában áll a három világ bekalandozása – használd ki teljes mértékben.

K: Ha szabad vagyok, miért vagyok testben?

M: Nem vagy a testben, a test van tebenned. Az elme is tebenned van. Ezek történnek veled. Azért vannak itt, mert érdekesnek tartod őket. Valódi természetednek végtelen a kapacitása az örömről. Csupa életkedv és szeretet. Kíárasztja ragyogását mindenre, ami tudatossága fókuszába kerül, és ebből semmi nincs kizárva. Nem ismer se gonoszt, se rütségöt, reménykedik, bizakodik, szeret. Te ember, nem tudod, mekkorát hibázol, ha nem ismered meg saját valódi Énedet. Te nem vagy sem a test, sem az elme, sem a tüzelő, sem a tűz. Mindezek saját törvényeik szerint jelennek meg és tűnnek el.

Szereted azt, ami vagy, valódi Énedet, és bármit teszel, saját boldogságod érdekében teszed. Felfedezni azt, megismerni azt, gondját viselni neki, ez alapvető késztetésed. Emberemlékezet előtti idő