

# KİMİM BEN?

BHAGAVAN  
SRİ RAMANA  
MAHARSHİ'NİN  

---

ÖĞRETİLERİ



SRI RAMANASRAMAM  
Tiruvannamalai

## Önsöz

"**Kimim Ben?**", kişinin kendisini araştırması ile ilgili olan bir dizi soruya verilen başlıktır. Sorular 1902 senesinde *Sri M. Sivaprakasam Pillai* tarafından *Bhagavan Sri Ramana Maharshi*'ye sorulmuştur. Felsefe bölümü mezunu olan Sri Pillai, o zamanlarda Güney Arcot'ta maliye departmanında görevli bulunmaktaydı. 1902 senesinde Tiruvannamalai'deki resmi görevi sırasında Arunachala Tepesi'ndeki Virupaksha Mağarası'na gitti ve orada *Efendi* (Maharshi) ile tanıştı. Maharshi'den tinsel (spiritüel) rehberlik görmüş ve "kendini araştırma" ile ilgili sorularına cevaplar almıştır. O zamanlar *Bhagavan* konuşmamaktaydı; sessizlik yemini ettiği için değil de daha çok konuşmaya yatkınlık hissetmediği için, kendisine sorulan sorulara işaretler ve el hareketleri ile cevap verdi; bu cevapları anlaşılmadığı zamanlarda ise cevaplarını yazılı olarak iletti. Sri Sivaprakasam Pillai tarafından tutulan kayıtlara göre, derlenip toparlanan 13 soru ve bu sorulara *Bhagavan* tarafından verilmiş cevaplar bulunmaktaydı. Bu kayıtlar ilk defa Sri Sivaprakasam Pillai tarafından 1923 senesinde yayımlandı; bu yayın aynı zamanda kendisinin yazdığı, *Bhagavan*'ın inayeti ile şüphelerinin gittiğini ve hayatındaki krizden kurtulduğunu anlatan birkaç şiiri de içermektedir.

"**Kimim Ben?**" (Who am I?) sonraki zamanlarda birkaç kez tekrar basıldı. Bazı basımlarda 13, bazılarında ise 28 soru ve cevap görüyoruz. Başka bir basımında ise sorular verilmemiş, cevaplar ise bir kompozisyon oluşturacak şekilde düzenlenmiştir. Bu çeviri 28 soru-cevap olan basıma göredir.

*Vicharasangram* (Kendini-Araştırma) ile birlikte Nan Yar (Kimim Ben?), *Efendi*'nin kendi kelimeleri ile ifade edilen ilk talimatlarını teşkil etmektedirler. *Bhagavan*'ın eserlerinden, düz yazı formunda bulunan çalışmalar sadece bu ikisidir. Bu eserler, *özgürlüğe* giden direkt yolun Kendini-araştırma'dan geçtiğini açıkça ortaya koyarlar. Bu araştırmanın nasıl yapılacağı Nan Yar'da berrak bir şekilde ortaya konulmuştur. Zihin (İng. Mind) düşüncelerden oluşur. Zihinde ilk ortaya çıkan düşünce "Ben (İng. I)" düşüncesidir. Kimim Ben? araştırması devamlı olarak takip edildiğinde diğer tüm düşünceler yok olur ve en son "Ben" düşüncesi de yok olarak yerini yüce ve tek (İng. non-dual) Zat'a (İng. Self) bırakır. Zat'ın, gerçek Zat olmayan beden ve zihin gibi şeylerle tanımlanması ile ortaya çıkmış olan yanılsama sona erer ve *Sakshatkara* (Aydınlanma) gerçekleşir. Araştırma süreci tabiki kolay değildir. Kişi "Kimim Ben?" diye araştırdıkça diğer düşünceler belirir; diğer düşünceler ortaya çıktıkça kişi onlara kapılmamalı, "Bu düşünceler kime beliriyor?" diye sormalıdır. Bunu yapabilmek için kişi son derece tetikte, uyanık olmalıdır. Devamlı bir şekilde sorgulama (Kendini-Araştırma) ile kişi, zihninin uzaklaşıp kendi yarattığı düşünce labirentlerinde kaybolmasına izin vermemeli, zihnini kaynağında alıkoymalıdır. Nefes kontrolü ya da Tanrı'nın formları üzerine yapılan meditasyonlar gibi tüm diğer disiplinler, yardımcı uygulamalar olarak bilinmelidir. Bu diğer disiplinler zihni sessizleştirip onu

keskinleřtirerek yardımcı olabilirler. Konsantrasyon yeteneęi kazanmıř bir zihin için kendini arařtırma biraz daha kolay olabilir. Kesintisiz arařtırma ile dūřünceler yok olur ve Zat farkedilir. O sonsuz gerçekliktir ve içerisinde "Ben" dūřüncesi bile yoktur; bu deneyim "Sessizlik" olarak bilinir.

Bu, ana fikir olarak, Bhagavan Sri Ramana Maharshi'nin "Nan Yar" (Kimim Ben?) öęretisidir.

T.M.P. Mahadevan

Madras Üniuersitesi

30 Haz. 1982



Bhagavan Sri Ramana Maharshi

(21 yaşında iken)

# Çevirmenden Notlar

Bazı kelimeleri Türkçe'ye çevirirken, klasik tasavvuf terimlerini kullanmayı, kelimelerin ilk bakışta karşılaşılabilecek sözlük anlamlarını kullanmaktan daha uygun buldum. Aşağıya bu kelimeleri İngilizce ve benim çevirdiğim şekilde yazıyorum ki istersen sen de araştırabilirsin.

Olur da *özgürlüğü* bulursan, bu kitapçığı Türkçe'ye çeviren dostunu da unutma lütfen...

**Who am I?:** Kimim ben? ("Ben kimim?" ifadesindense "Kim" sorusunu başa almak İngilizce'deki orijinal ifadeye daha yakındır)

**Self enquiry:** Kendini araştırma, kendini sorgulama

**Self:** Zat ("BEN" duygusunun gerçek ve tek sahibi)

**Master:** Efendi

**Mind:** Zihin

**Liberation:** Özgürlük, kurtuluş

**Non-dual:** Tek

İzmir – Ekim 2016

# Kimim Ben?

(Nan Yar)

*Bütün yaşıyan varlıklar, ızdırabın olmamasını, sürekli mutluluğu arzu ederler; herkeste kendi zatı için var olan yüce sevgiyi gözlemleyebiliriz. Mutluluk kendi başına, sevgi için sebeptir. Kişinin kendi doğası olan ve zihnin olmadığı derin uyku halinde deneyimlediği bu mutluluğu kazanmak için kişi kendisini bilmelidir. Bu bilgiyi edinme yolundaki esas araç "Kimim Ben?" formundaki araştırma, sorgulamadır.*

## 1. Kimim Ben?

Ben 7 mizaçtan (dhatu) oluşan fiziksel beden değilim; 5 duyu organı değilim; Duyma, dokunma, görme, tat alma, koklama ve bunların duyumsadığı ilgili objeleri olan ses, temas, renkler ve kokular değilim; Konuşma organı, hareket etme organları, kavrama organları, boşaltım organları, üreme organları ve bunların fonksiyonları olan konuşma, hareket etme, tutma, boşaltım ve zevk alma eylemleri değilim; 5 elzem: hava, prana vb. ve bunların fonksiyonları: nefes alma vb. değilim; Düşünen zihin bile değilim; Objelerin kalıcı izleri ile haiz olan ve içinde obje ve fonksiyon barındırmayan bilinmezlik de değilim.

## 2. Eğer ben bunların hiçbirini değilsem, o zaman kimim ben?

Yukarıda şu değilim, bu değilim diye reddedilen şeylerden sonra geriye kalan Farkındalık: işte bu Ben'im.

## 3. Farkındalığın doğası nedir?

Farkındalığın doğası varoluş-bilinç-saadettir.

4. *Zat'ın farkındalığı ne zaman kazanılır?*

Görülen dünya ortadan kaldırıldığında, Gören'in yani Zat'ın farkındalığı gerçekleşir.

5. *Dünya ortadayken (gerçek olarak kabul edildiğinde), Zat farkedilemez mi?*

Hayır farkedilemez.

6. *Neden?*

"Gören" ve görülen obje, yılan ile urgana benzer (Ç.N. Urganı karanlıkta uzaktan görüp de yılan sanmaktan bahsediyor). Urganın yılan olarak algılanma ilüzyonu yok olmadan urganın urgan olduğu farkedilemeyeceği gibi, dünyanın gerçek olduğu zannı da yok olmadan Zat'ın farkedilmesi gerçekleşemez.

7. *Dünya, yani görülen obje ne zaman ortadan kaldırılır?*

Bütün eylemlerin ve bilişlerin kaynağı olan zihin sessiz olduğunda dünya ortadan kaybolur.

8. *Zihnin doğası nedir?*

Zihin denilen şey, Zat'ta ikamet eden harikulâde bir güçtür. Bütün düşüncelerin ortaya çıkmasına o sebep olur. Düşünceler olmadan bir zihin var olamaz. Yani, zihnin doğası düşüncedir. Düşünceler olmadan, dünya denilen bir varlık da var olamaz. Derin uykuda düşünceler yoktur ve dünya da yoktur. Uyanıkken ve rüya görüyorken düşünceler vardır ve dünya da vardır. Aynı bir örümceğin ağını salması ve sonra kendi içine geri çekmesi gibi, zihin de dünyayı dışarı doğru yansıtır ve kendi içine çekerek ayrıştırır. Zihin, Zat'tan ayrıldığında dünya görünür. Bu nedenle, dünya gerçek olarak görüldüğünde Zat

görünmez; Zat görüldüğünde ise dünya görünmez. Kişi sürekli olarak zihnin doğasını sorguladıkça, zihin Zat'tan ayrılmayı bırakır ve Zat'ta ikamet etmeye başlar. Zat diye kastedilen, *Atman*'dır. Zihin yalnız duramaz; sürekli bir şeylere bağımlı olarak var olur. Latif beden (İng. subtle body) ya da ruh (soul - jiva) diye bilinen şey zihindir.

#### 9. Zihnin doğasını anlamaya giden sorgulamanın yolu nedir?

Bu bedende var olan "Ben", zihindir. Eğer kişi, beden içerisinde bu "Ben" in ilk nereden ortaya çıktığını araştırırsa, "Ben" in kalpten doğduğunu keşfeder. Burası, zihnin başlangıcının yeridir. Kişi sürekli "ben, ben" diye düşünse bile sonunda buraya, kalbe yönelir. Zihinden doğan tüm düşünceler içerisinde "Ben" düşüncesi ilk doğan düşüncedir. Ancak "Ben" düşüncesi doğduktan sonra diğer düşünceler doğabilir. Ancak "Ben" ortaya çıktıktan sonra "Sen" ve "O" ortaya çıkabilir; "Ben" olmadan "Sen" ya da "O" da olamazlar.

#### 10. Zihin nasıl sessizleşir?

Kimim Ben? sorgulaması ile. "Kimim Ben?" düşüncesi diğer bütün düşünceleri yok eder ve aynı bir sopa ile ateşin karıştırılıp sonunda karıştıran sopanın da yanması gibi, sonunda kendisi de yok olur. Böylece Zat'ın farkındalığı doğar.

#### 11. Sürekli olarak "Kimim Ben?" düşüncesine tutunmanın yolu nedir?

Diğer düşünceler ortaya çıktıklarında kişi onların peşinden gitmemeli ve "Bu düşünceler kime geliyor?" diye araştırmalıdır. Her düşünce için kişi tek tek ve dikkatle "Bu düşünce kime, kimde belirdi?" diye sorgulamalıdır. Bu sorgulamadan doğacak cevap "Bana, Bende" olmalıdır. Böylece, kişi "Kimim Ben?" araştırmasını yaptığında zihin kendi kaynağına döner ve ortalıktaki düşünceler sessizleşir. Bu şekilde tekrar tekrar çalışıldığında, zihin kendi kaynağında kalabilme yetisini kazanacaktır. Süptil olan zihin, duyu organları ve beyin aracılığıyla dışarı çıktığında, bütün isimler ve formlar belirir; zihin, kalpte ikamet ettiğinde ise isimler ve formlar yok olur. Zihnin dışarı gitmesini engelleyip kalpte kalmasını sağlamaya "içedönüklük" (antarmukha) denir. Zihnin kalbin dışına çıkmasına izin vermeye "dışsallaştırma" (bahir-mukha) denir. Böylece, zihin, kalpte



kaldığında, bütün düşüncelerin kaynağı olan "Ben" gidecek ve ezeli olan Zat ışıldayacaktır. Kişi ne yaparsa yapsın bunu "Ben" karakteri olmadan yapmalıdır. Eğer kişi bu şekilde hareket ederse, her şey Şiva (Tanrı)'nın doğası olarak görünür.

## 12. Zihni sessizleştirmenin başka yolları yok mudur?

Sorgulamanın dışında, tamamen yeterli bir yol yoktur. Eğer diğer yöntemler ile zihnin kontrol edildiği gözlemlendiyse bile zihin tekrar dışarı çıkacaktır. Nefesin kontrolü ile de zihin sessizleşir; fakat sadece nefes kontrol edildiği sürece sessiz kalacaktır. Nefes önceki haline dönünce de zihin yine hareketlenecek ve kalan izlenimlerinden devindirilerek gezinmeye başlayacaktır. Zihnin ve nefesin kaynağı aynıdır. Düşünce, aslında, zihnin doğasıdır. "Ben" düşüncesi, zihnin ilk düşüncesidir ve bu kişilik(ego)'tir. Nefesin meydana geldiği yerden kişilik de meydana gelir. Öyleyse, zihin sessizleştiğinde nefes kontrol edilir; ve nefes kontrol edildiğinde zihin sessizleşir. Fakat derin uyku halinde zihin sessizleşmiş olsa bile nefes yine de durmaz. Bu Tanrı'nın isteğiyle böyle olmuştur ki beden muhafaza edilebilsin ve diğerleri kişinin öldüğünü zannetmesinler. Uyanıklık ve *samadhi* (zihinsel konsantrasyon) hallerinde, zihin sessiz olduğunda nefes de kontrol edilebilir. Nefes, zihnin brüt formudur. Ölüm zamanına kadar zihin, nefesi bedende tutar; beden ölünce zihin, nefesi kendisi ile birlikte götürür. Bu nedenle, nefes kontrol uygulamaları sadece zihni sessizleştirmeye yardımcı olabilirler (manonigraha); zihni yok edemezler (manonasa).

Nefes kontrolü uygulamasının olduğu gibi, Tanrı'nın formları üzerine yapılan meditasyon, mantraların tekrarlanması, yemek yemeyi kısıtlamak vb. de zihni sessizleştirmeye yardımcı olur.

Tanrı'nın formları üzerine yapılan meditasyon ve mantraların tekrarlanması aracılığı ile zihin odaklanır. Zihin sürekli gezinmek ister. Aynı, bir filin hortumuna tutturulmuş bir anahtarlığın, filin diğer şeyleri hortumuyla tutmasını engellediği gibi, zihni bir isim ya da form ile meşgul etmek de zihni diğer şeylerle ilgilenmekten alıkoyar. Zihin sayısız düşünceler halinde genişlediğinde, düşünceler zayıf olacaktır; fakat düşünceler giderildikçe zihin güçlü ve odaklanmış olur. Böyle bir zihin için kendini araştırma daha kolay hale gelir. Bütün kısıtlamaya yönelik uygulamalar içerisinde en iyisi, *sattvic* yiyeceklerin (bkz. *sattvic* diet) orta miktarda (ne az ne de çok) yenmesidir. Böyle bir diyet ile zihnin *sattvic* nitelikleri artar ve bu da kendini araştırmada kişiye yardımcı olur.

13. *Okyanusta yol alan dalgalar gibi, objelere ait düşünceler de beliriyor. Bunlar ne zaman tümüyle yok olur?*

Zat üzerine yapılan meditasyon git gide yükseldikçe, düşünceler de yok olacaktır.

14. *Zamansızlıktan gelen bu maddi dünyaya ait düşüncelerin tamamen yok olması ve kişinin katıksız olarak Zat'ta kalması mümkün müdür?*

"Mümkün müdür değil midir?" şüphesine kapılmadan, kişi devamlı olarak Zat üzerine meditasyona devam etmelidir. Kişi büyük günahlar işlemiş olsa bile "Ben bir günahkarım! Nasıl kurtuluşa erebilirim ki?" diye kaygılanıp sızlanmamalıdır. Kişi "ben bir günahkarım" düşüncesinden tamamen kurtulmalıdır ve heves ve istek ile Zat üzerinde meditasyonuna konsantre olmalıdır; böyle yaparsa kesinlikle başarıya ulaşacaktır. "İyi" ve "Kötü" diye iki çeşit zihin yoktur; zihin tek çeşittir. Hayırlı ve hayırsız diye iki kısma ayrılan şeyler zihnin etkilenimleridir. Zihin, hayırlı, kutlu etkilerin altında olduğunda iyi; hayırsız etkilerin altında olduğunda ise kötü, kem diye adlandırılır.

Zihnin dünyalık objelere ve diğer kişilerin ilgilerini çeken şeylere doğru gezinmesine izin verilmemelidir. Başkaları ne kadar kötü olurlarsa olsunlar kişi onlara karşı nefret beslememelidir. Arzu ve isteklerden kaçınılmalıdır. Kişi başkalarına ne yaparsa kendine yapmış olur. Bu gerçek anlaşılırsa kim başkalarına vermez, hizmet etmez ki? Kişinin karakteri ortaya çıktığında her şey ortaya çıkar; sessizleştğinde her şey sessizleşir. Tevazu ile hareket ettiğimiz ölçüde güzel sonuçlar ile karşılaşırız. Zihin sessizleştirilirse kişi her yerde yaşayabilir.

15. *Sorgulama ne kadar süreyle yapılmalıdır?*

Zihinde, objelerin izleri bulunduğu sürece "Kimim Ben?" sorgulaması gereklidir. Düşünceler belirmediği anda, kendi kaynaklarında sorgulama yolu ile yok edilmelidir. Eğer kişi, Zat'ın tefekkürüne kesintisizce yerleşip de Zat'ı kazanırsa, bu yeterli olur. Kalenin içerisinde düşmanlar bulunduğu sürece bu düşmanlar harekete geçeceklerdir; eğer düşmanlar ortaya çıktıkça yok edilirse kale bizim ellerimize düşecektir.

## 16. *Zat'ın doğası nedir?*

Hakikatte var olan tek şey Zat'tır. Dünya, bireysel ruh, ve Tanrı, Zat'ta var olurlar; aynı istiridyede var olan inci gibi; bu üçü aynı anda birlikte görünür hale gelirler ve yine birlikte yok olurlar.

"Ben" düşüncesinin mutlak olarak yok olduğu yerde Zat bulunur. Buna "Sessizlik" denilir. Zat'ın kendisi dünyadır; Zat'ın kendisi "Ben"dir; ve Zat'ın kendisi Tanrı'dır; hepsi *Şiva*'dır, Zat'tır.

## 17. *Her şey Tanrı'nın yaptığı şeyler değil midir?*

Güneş; arzu, çözümlenme ya da çaba olmadan doğar; güneşin varlığı ile güneştaşı alev saçar, lotus çiçek açar, su buharlaşır, insanlar da çeşitli fonksiyonlarını yerine getirir ve dinlenirler. Mıknatısın varlığı ile iğnenin hareket ettiği gibi, Tanrı'nın varlığı ile ruhlar da kendi karmalarına göre eylemlerde bulunur ve sonrasında dinlenirler. Tanrı'ya karma ilişemez; aynı dünyalık işlerin güneşe ilişemeyeceği gibi.

## 18. *Talebelerin (devotee, mürid) içinde en iyisi hangisidir?*

Kendini Zat'a yani Tanrı'ya teslim eden talebe en iyi talebedir. Kendini Tanrı'ya teslim etmek demek, sürekli bir şekilde Zat'ta kalmak ve herhangi bir düşüncenin yükselmesine izin vermemek demektir.

Tanrı'ya ne kadar yük yüklenirse yüklensin O bunları kaldırır. Tanrı'nın yüce gücü her şeyi hareket ettiriyor; öyleyse neden sürekli olarak, ne nasıl yapılmalı ya da yapılmamalı diye endişe ediyoruz ve niçin kendimizi O'na teslim etmiyoruz? Biliyoruz ki tren tüm yükü taşıyor; öyleyse neden trene binince elimizdeki yükleri trene koymayıp kendi konforumuzu kaçıralım ki?

### 19. *Bağlanmamak nedir?*

Düşünceler doğdu anda, onları doğdukları yerde hiç bir artık bırakmadan tümüyle yok etmeye "bağlanmamak" denir. Nasıl bir inci avcısı bileğine taş bağlayıp derinlere dalıp inciyi buluyorsa, biz de "bağlanmamaya" tutunup kendi içimize dalıp Zat'ın incisini elde etmeliyiz.

### 20. *Tanrı ya da Efendi (Guru, Master) için bir ruhu özgür bırakmak mümkün değil midir?*

Tanrı ve Efendi sadece özgürlüğe giden yolu gösterirler; kendileri ruhu o özgürlük haline taşımazlar.

Hakikatte Tanrı ve Efendi farklı değildir. Tıpkı kaplanın ağzına düşen bir avın kaçamayacağı gibi, Efendinin inayetli bakışının sahasına giren kişi de kaçamaz ve Efendisi tarafından kurtuluşa erdirilir ve artık kaybolmaz. Kişi yine de kurtuluşa kavuşmak için, Tanrı'nın ya da Efendisinin gösterdiği yolu takip etmeye çabalamalıdır. Kişi kendi zatını sadece kendi gözüyle görebilir; başkasıninki ile değil. *Rama* olan, kendisinin *Rama* olduğunu bilmek için bir aynaya ihtiyaç duyar mı?

### 21. *Özgürlüğü arzulayan kişinin, kategorilerin (tattvas) doğasını araştırması gerekli midir?*

Çöpü atmak isteyen kişinin çöpü incelemeye ihtiyacı olmadığı gibi, Zat'ı bilmek isteyen kişinin de kategorilerin sayısını bilmesine ya da onların doğasını anlamasına ihtiyacı yoktur. Kişinin yapması gereken, Zat'ı perdeleyen tüm kategorileri reddetmektir. Dünya bir rüya olarak kabul edilmelidir.

### 22. *Uyanıklık ve rüya arasında bir fark yok mudur?*

Uyanıklık uzundur, rüya ise kısadır; bunun dışında aralarında bir fark yoktur. Uyanırken gerçekleşen şeylerin gerçekmiş gibi görünmesi gibi rüyada olan şeyler de rüyadayken gerçekmiş gibi zannedilir. Rüya sırasında zihin başka bir bedene geçer.

Uyanıklık ve rüya hallerinin ikisinde de düşünceler, isimler ve formlar aynı anda ortaya çıkar.

### 23. Özgürlüğü arzulayanların kitaplar okumaları bir fayda sağlar mı?

Metinlerde dediği gibi, özgürlüğe kavuşmak için zihin sessizleştirilmelidir. Kitaplardan çıkan sonuç zihnin sessizleştirilmesi gerektiğidir. Bu olgu anlaşıldığında kitapları okuyup durmaya artık gerek kalmaz. Zihni sessizleştirmek için kişi kendisinde kendisini aramalıdır; kitap okuyarak bu araştırma nasıl yapılabilir ki? Kişi kendi Zat'ını ancak kendi bilgelik gözünden görebilir. Zat, beş kılıfın içindedir ama kitaplar bunların dışındadır. Zat, bu beş kılıfın köşeye atılması ile araştırılmalıdır; Zat'ı kitaplarda aramak nafilidir. Kişinin tüm öğrendiklerini unutmak zorunda olduğu bir an gelecektir.

### 24. Mutluluk nedir?

Mutluluk, Zat'ın tabii doğasıdır. Mutluluk ve Zat farklı şeylerdir. Dünyanın hiç bir objesinde mutluluk bulunmaz. Cehaletimizden dolayı, mutluluğu objelerden elde ettiğimizi zannederiz. Zihin dışı gidince ızdırabı deneyimler. Gerçekte, arzuları tatmin olduğunda, zihin kendi kaynağına döner ve burada Zat olan Mutluluğu deneyimler. Benzer şekilde, uyku, *samadhi* ve baygınlık durumlarında ve arzulanan obje elde edildiğinde veya istenmeyen obje ortadan kaldırıldığında zihin içe döner ve saf olan Zat'ın Mutluluğu'nun keyfini çıkarır. Böylelikle zihin durmadan bir dışarı bir içeri hareket eder. Ağacın altında ağacın tatlı gölgesi vardır; dışarıda ise kavurucu sıcak... Güneşin altına çıkan bir kişi gölgeye eriştiğinde serinlemiş hisseder. Sürekli güneşin altına çıkıp çıkıp gölgeye dönen kişi budaladır. Bilge kişi sürekli gölgede kalır. Benzer şekilde, hakikati bilen kişinin zihni, *Brahman*'ı terketmez. Bunun zıddı olarak, cahil kişinin zihni dünyada döner durur, sefil hisseder ve kısa bir süreliğine Brahman'a döner ve mutlu hisseder. Hakikatte, dünya denilen şey sadece bir düşüncedir. Dünya yok olduğunda, yani hiç düşünce olmadığında, zihin mutluluğu deneyimler; dünya görüldüğünde ise zihin acıyı deneyimler.

25. *Bilgelik-seziş (jnana-drsti) nedir?*

Sessiz kalmak bilgelik-sezmedir. Sessiz kalmak, zihni Zat'ta eritmektir. Telepati, geçmişte şimdide ve gelecekte olacakları bilme, kehanet bildirme bilgelik-sezme değildir.

26. *Arzusuzluk ve bilgelik arasındaki ilişki nedir?*

Arzusuzluk, bilgeliktir. Bu ikisi farklı şeylerdir; aynı şeydirler. Arzusuzluk, zihni herhangi bir objeye doğru çevirmekten kaçınmaktır. Bilgelik herhangi bir objenin görünmemesi demektir. Başka bir deyişle, Zat dışında herhangi bir şeyi aramamak, "bağlanmamak" ya da "arzusuzluk" demektir; Zat'ı terk etmemek ise bilgeliktir.

27. *Sorgulama ve meditasyon arasındaki fark nedir?*

Sorgulama, zihni Zat'ta tutmaya dayanır. Meditasyon ise kişinin zatını Brahman, varlık-bilinç-saadet olarak düşünmesine dayanır.

28. *Özgürlük nedir?*

Kişinin, esaret altında bulunan benliğini araştırması ve böylece kendi gerçek doğasını farketmesi özgürlüktür.

