

DE YOGA-SŪTRA-S VAN PATAÑJALI

vertaling Koelman-Ingels

Boek I: De concentratie

- s. I/1: Hier nu is de uiteenzetting aangaande de yogaleer.
- s. I/2: Yoga is het afsluiten van de golvingen van het mentaal complex.
- s. I/3: Dan staat de Ziener vast in zijn eigen vorm.
- s. I/4: In de andere toestanden is er gelijkvormigheid (van de Ziener) aan de golvingen (van het mentaal complex).
- s. I/5: De golvingen zijn vijfvoudig van aard, en zijn kwellend of niet-kwellend.
- s. I/6: (Deze vijf zijn) bronnen van ware kennis, miskennis, begripspredicaties, slaap en herinnering.
- s. I/7: De bronnen van ware kennis zijn: directe waarneming, gevolgtrekking en geloof.
- s. I/8: Miskennis is een valse voorstelling die niet rust op de vorm (van de realiteit).
- s. I/9: Begripspredicatie is zonder objectieve realiteit en berust op het waarnemen van woord en begrip.
- s. I/10: Slaap is de golving die berust op de manifestatie van afwezigheid (van waak- en droomtoestand).
- s. I/11: Geheugen bestaat in het niet insluipen (van iets anders) in (de voorstelling van) een vroeger waargenomen object.
- s. I/12: De afsluiting van deze (golvingen) gebeurt door oefening en passieloosheid.
- s. I/13: Oefening is de (herhaalde) inspanning om (het mentaal complex) daar (in afsluiting) te behouden.
- s. I/14: Deze (inspanning) groeit echter tot een stevige dispositie wanneer ze voor lange tijd, onophoudelijk met ernstige toewijding aangekweekt wordt.
- s. I/15: Passieloosheid is de gemoedstoestand van meesterschap, in iemand die niet dorst naar objecten hetzij waargenomen of in de openbaring genoemd.
- s. I/16: Meer verheven dan deze (passieloosheid) en voortkomend uit (iemand's) inzicht in zijn Zelf, (als gans anders) is het niet dorsen naar de guṇa-s.
- s. I/17: Concentratie is met objectief bewustzijn wanneer ze gepaard gaat met afbeelding-, begrips-, blijdschaps- of ik-ben-gevoel.

- s. I/18: (De concentratie die) ingeleid wordt door oefeningen die het stilleggen (van het mentaal complex) teweegbrengen en waarin slechts verzonken indrukken overblijven, is de andere (concentratie, nl. zonder objectief bewustzijn).
- s. I/19: De concentratie van de ontlichaamden van hen die in de onherleidbare oergrond te rusten liggen, wordt teweeggebracht door positieve middelen.
- s. I/20: (Concentratie die) ingeleid wordt door heilzaam geloof en onderscheidmakend inzicht (is de concentratie) van de anderen (d.w.z. van de echte yogi-s).
- s. I/21: Voor hen die grote ijver aan de dag leggen, wordt deze (concentratie) spoedig bereikt.
- s. I/22: Aangezien ijver ofwel zacht of middelmatig of hevig kan zijn, bestaat er een uitmuntende (concentratie).
- s. I/23: Ofwel wordt (concentratie bereikt) door devotie tot de Heer.
- s. I/24: De Heer is een bijzonder Zelf, onaangetast door kwellingen, vrij van daden die vergelding meebrengen, vrij van de vruchten daarvan en vrij van verzonken indrukken.
- s. I/25: In deze Heer is de (kennis) kiem van de Alwetende onovertreffbaar.
- s. I/26: (Deze Heer) is de leraar, zelfs van de eerste (wijzen), aangezien hij niet afgescheiden is (van hen) door tijd.
- s. I/27: De verwoording van deze (Heer) is de heilige lettergreep (d.i. OM).
- s. I/28: (De yogi oefent zich in) het herhalen van die (heilige lettergreep) en in het overwegen van de betekenis ervan.
- s. I/29: Daardoor bekomt hij de naar binnen (naar zijn Zelf) gekeerde denkwijze en eveneens het verdwijnen van de hindernissen.
- s. I/30: Ziekte, loomheid, twijfel, onverschilligheid, verlangen naar aardse dingen, valse waarnemingen, geen yoga-treden kunnen veroveren en (eens bereikt) onstandvastigheid daarin, (zijn) verstrooiingen van het mentaal complex; deze zijn de hindernissen.
- s. I/31: Pijn, moedeloosheid, ongedurigheid, (niet gecontroleerde) in- en uitademing, gaan samen met verstrooidheid.
- s. I/32: Om deze verstrooidheden tegen te werken, (moet men) zich oefenen in (het fixeren van) één enkele realiteit.
- s. I/33: Door het aankweken van vriendelijkheid, medelijden, vreugde en gelatenheid t.a.v. (resp.) geluk, pijn, deugd en ondeugd (verwerft men) de onverstoorde kalmte van het mentaal complex.
- s. I/34: Ofwel ontstaat (mentale vastheid) door het buitensluiten en het inhouden van adem.

- s. I/35: Ofwel ontstaat (mentale standvastigheid) wanneer i.v.m. een object een buitengewoon fijn gevoel opdaagt en de denkfunctie vastbindt en stillegt.
- s. I/36: Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid wanneer) een waarneming opdaagt die gans vrij is van droefheid en schitterend helder is.
- s. I/37: Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid wanneer) het object (van concentratie) het mentaal complex is van iemand die vrij is van elk verlangen.
- s. I/38: Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid wanneer) de objectieve steun een droomvoorstelling is of de slaaptoestand.
- s. I/39: Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid) door geconcentreerde aandacht op om het even wat men maar verkiest.
- s. I/40: De heerschappij van deze (yogi) strekt zich uit van het kleinste atoom tot het uiterst grote.
- s. I/41: (Wanneer het mentaal complex) vanwaar, als van een edelgesteente, golvingen verdwenen zijn, (gevestigd is) hetzij op de kenner hetzij op de kennisactiviteit hetzij op het te-kennen-object, rust dit onbeweeglijk op één (van deze drie) en neemt het de gedaante aan van dat (éne waarop het rust); dit is de intentionele vereenzelviging.
- s. I/42: Wanneer er in deze (intentionele vereenzelviging) omwille van begripspredicatie, een mengsel is van (uitdrukking) woord en (grofstoffelijk) ding-op-zichzelf en het begrip (daarvan), dan is de intentionele vereenzelviging afbeeldend en verward.
- s. I/43: Wanneer het geheugen gans vrij is (van herinnerende woorden) en alsof (het mentaal complex) leeg is van zijn eigen vorm zodat uitsluitend het (grofstoffelijk) ding-op-zichzelf (in het bewustzijn) oplicht, (dan) is de intentionele vereenzelviging niet-afbeeldend.
- s. I/44: Door deze (voorgaande omschrijving) zijn ook de begrijpende en niet-begrijpende (intentionele vereenzelviging) die te maken hebben met subtiele objecten, verklaard.
- s. I/45: En (het domein) van subtiele objecten strekt zich uit tot de onherleidbare entiteiten.
- s. I/46: Deze zelfde (intentionele vereenzelviging) zijn de zaad-barende verzinkingen.
- s. I/47: Wanneer bedrevenheid in de niet-begrijpende (intentionele vereenzelviging) verworven is, ontstaat er onverstoorbare inwendige kalmte.
- s. I/48: In deze (kalmte) is het inzicht vol van waarheid.
- s. I/49: Dit inzicht heeft een ander object dan (de kennis die verkregen wordt door) getuigenis en gevolgtrekking, aangezien het een individueel ding-op-zichzelf als object heeft.
- s. I/50: De verzonken indrukken door deze (concentratiekennis) voortgebracht, werken de andere verzonken indrukken tegen.

s. I/51: Wanneer er afsluiting is van deze (verzonken indrukken van waarheidsvol inzicht) is de verzinking zaadloos, aangezien er (dan) afsluiting is van absoluut alle (golvingen).