

## De secties van Boek I

### over het pad van concentratie of samādhi

#### Deel I

1. Definitie van yoga, en haar tegengestelde YS 1 à 4
2. De activiteiten van de menselijke geest (citta-vṛtti) YS 5 à 11
3. Kenmerken van het pad de samādhiyoga:
  - oefening en onthechting (abhyāsavairāgya) YS 12
  - volharding en eerbied YS 13 à 14
  - meesterschap YS 15 à 16
  - het proces van concentratie of de niveaus van mentale helderheid:
    - samādhi of totale kennis « samprajñāta » YS 17
    - en de andere » (anya of asamprajñāta) YS 18
  - Snel of langzaam: verschillende types van yogi-s YS 19 à 22

#### Deel II

4. De devotie als weg van realisatie (īśvara-praṇidhāna of bhaktiyoga) YS 23 à 29
5. De hindernissen (antarāya) op het pad en de symptomen YS 30 à 31
6. [Andere] middelen om de geest tot rust te brengen en de innerlijke helderheid te herstellen YS 32 à 40
7. (nogmaals over) Het proces van concentratie of samādhi of de verschillende niveaus van concentratie met steun (samprajñāta of sabījaḥ samādhi) YS 41 à 45
8. De resultaten van de concentratie YS 46 à 50
9. De ultieme concentratie zonder steun (asamprajñāta of nirbījaḥ samādhi) YS 51