

SAMĀDHI PĀDAḤ

Het pad van de concentratie

s.I.1: atha yogā-anuśāsanam

Gegroet, zie hier het (traditionele) onderwijs van de yoga.

s.I.2: yogaḥ-citta-vṛtti-nirodhaḥ

Yoga is het tot rust brengen van de activiteiten van de geest van de mens.

s.I.3: tadā draṣṭuḥ svarūpe-avasthānam

In dat geval is de Ziener stevig gevestigd in zijn eigen natuur [en ziet Hij de vormen van de objecten zoals ze zijn m.a.w. ziet Hij de werkelijkheid helder zoals ze is.].

s.I.4: vṛtti-sārūpyam-itaratra

In de andere gevallen identificeert Hij zich met de activiteiten van de menselijke geest [die Hem de vormen van de objecten presenteert d.w.z. zoals hij de werkelijkheid interpreteert.]

s.I.5: vṛttayah pañcatayyah kliṣṭa-akliṣṭāḥ

De activiteiten van de menselijke geest zijn vijfvoudig, en ze zijn kwellend of niet kwellend.

s.I.6: pramāṇa-viparyaya-vikalpa-nidrā-smṛtayah

Die vijf activiteiten zijn juiste kennis (waarheid), onjuiste kennis (onwaarheid), fantasie, slaap en geheugen.

s.I.7: pratyakṣa-anumāna-āgamāḥ-pramāṇāni

De bronnen van waarheid (en onwaarheid) zijn de directe waarneming, de redenering en de traditie.

s.I.8: viparyayo mithyā-jñānam-atad-rūpa-pratiṣṭham

Onjuiste kennis (onwaarheid) is een verwarde kennis die niet steunt op de echte vorm van de werkelijkheid.

s.I.9: śabda-jñāna-anupātī vastu-śūnyaḥ-vikalpaḥ

Fantasie is kennis die niet steunt op een echte werkelijkheid maar louter overeenstemt met woorden.

s.I.10: abhāva-pratyaya-ālambanā tamo-vṛttir-nidrā

Slaap is de activiteit van de menselijke geest (van duisternis) met als steun de afwezigheid van echte geestelijke ervaringen.

s.I.11: anubhūta-viṣaya-asampramoṣaḥ smṛtiḥ

Geheugen is het niet vergeten van het object dat ooit waargenomen werd.

s.I.12: abhyāsa-vairāgyābhyām tan-ñirodhaḥ

De activiteiten van de menselijke geest komen tot rust door oefening en onthechting samen.

s.I.13: tatra sthitau yatno 'bhyāsaḥ

Oefening is de herhaalde inspanning om in de rust te blijven.

s.I.14: sa tu dīrgha-kāla-nairantaryya-satkārā-'sevito dṛḍha-bhūmiḥ

Het oefenen, bovendien lange tijd, voortdurend, met toewijding en respect uitgevoerd, wordt een stevige basis.

s.I.15: dṛṣṭānūśravika-viṣayavitṛṣṇasya vaśīkārasamjñā vairāgyam

Onthechting is de gemoedstoestand van het beheersen van het niet verlangen naar dingen, gezien of gehoord.

s.I.16: tatparam puruṣakhyāter guṇavairiṣṇyam

De hoogste onthechting is het niet verlangen naar de wereldse dingen en ze komt voort uit het inzicht in het Zelf.

s.I.17: vitarka-vicāra-ānanda-asmitā-rūpa-anugamāt-samprajñātaḥ

Concentratie kan steunen op een vorm van beelden, gedachten, of alleen gepaard gaan met gevoelens van blijdschap of het ik-ben-gevoel.

s.I.18: virāma-pratyaya-abhyāsa-pūrvahaḥ saṃskāra-śeṣaḥ-anyaḥ

In de andere concentratie, voorafgegaan door het oefenen van het stilleggen van de activiteiten van de geest, blijven enkele verzonken indrukken over.

s.I.19: bhava-prayayaḥ-videha-prakṛtilayānām

Bijzondere geestelijke begaafdheid voor concentratie bestaat bij de zuivere geesten (de aan hun lichaam onthechten) en de genieën.

s.I.20: śraddhā-vīrya-smṛti-samādhi-prajñā-pūrvaka itareṣām

De anderen dienen vooraf vertrouwen (śraddhā), ijver (vīrya), waakzaamheid (smṛti) en spiritueel inzicht (samādhiprajñā) te ontwikkelen.

s.I.21: tīvra-samvegānām-āsannaḥ

De concentratie is dichtbij voor wie intens en ijverig oefent.

s.I.22: mṛdu-madhya-adhimātratvāt-tataḥ api viśeṣaḥ

De ijver kan zwak, middelmatig of intens zijn; vandaar dat er ook een uitmuntende concentratie is.

s.I.23: īśvara-praṇidhānād-vā

Of concentratie ontstaat ook door devotie tot de Heer [of leven voor een hoger ideaal].

s.I.24: kleśa-karma-vipāka-āśayaiḥ-aparāmṛṣṭaḥ puruṣa-viśeṣa īśvaraḥ

De Heer is een uitzonderlijk Zelf vrij van kwellingen, daden die vergelding meebrengen, de vruchten en de bezinksels ervan.

s.I.25: tatra-niratiśayaṃ-sarva-jña-bījam

In Hem is de bron van alle kennis onvergelijkbaar.

s.I.26: sa eṣa pūrveṣāṃ-api guruḥ kālena-anavacchedāt

Deze is ook de leraar van de leraren uit het verleden want Hij is van hen niet gescheiden door de tijd.

s.I.27: tasya vācakaḥ praṇavaḥ

Voor Hem is het heilige symbool de aanroeping.

s.I.28: taj-japaḥ-tad-artha-bhāvanam

Dat bestaat uit het herhalen en overwegen van de betekenis ervan.

s.I.29: tataḥ pratyak-cetanā-adhigamaḥ api-antarāyā-abhāvaś-ca

Daardoor is er onmiddellijk toegang tot het naar het Zelf gerichte denken en ook tegelijk is er het verdwijnen van de hindernissen.

s.I.30: vyādhi-styāna-saṃśaya-pramāda-ālasya-avirati-bhrāntidarśana-alabhabhūmikatva-anavasthitatvāni-citta-vikṣepāḥ-te-antarāyāḥ

Ziekte, loomheid, twijfel, onverschilligheid, luiheid, verlangen naar aardse dingen, verkeerde visie, het niet kunnen bereiken van bepaalde yogatreden of onstandvastigheid daarin, zijn de verstrooidheden van de menselijke geest, en deze zijn de hindernissen voor de realisatie van concentratie.

s.I.31: duḥkha-daurmanasya-aṅgam-ejayatva-śvāsa-praśvāsāḥ-vikṣepa-saha-bhūvaḥ

De verstrooidheden gaan samen met emotionele pijn, negatieve mentaliteit, fysieke ongedurigheid en kort, onregelmatig, oppervlakkig in- en uitademen.

s.I.32: tat-pratiṣedha-artham-eka-tattva-abhyāsaḥ

De verstrooidheden kan de yogi voorkomen of tegenwerken door oefening in één enkele realiteit.

s.I.33: maitrī-karuṇā-muditā-upekṣāṇām sukha-duḥkha-puṇya-apuṇya-viṣayāṇām-bhāvanātaḥ-citta-prasādanam

Door het aankweken van vriendelijkheid, medelijden, vreugde en positieve stabiliteit ten aanzien van respectievelijk geluk, pijn deugd en ondeugd, ontstaat innerlijke kalmte van het mentaal complex.

s.I.34: pracchardana-vidhāraṇābhyām vā prāṇasya

Of ook door het uitademen (van de levenskracht) met een speciale aandacht.

s.I.35: viṣaya vatī vā pravṛttiḥ-utpannā manasaḥ sthiti-nibandhinī

Of ook door het doen opkomen van een diep en fijn gevoel met betrekking tot een zintuiglijk object dat de aandacht vasthoudt.

s.I.36: viśokā vā jyotiṣmatī

Of ook door concentratie op een subject of object dat vrij is van droefheid of schitterend helder is.

s.I.37: vītarāga-viṣayaṃ vā cittam

Of ook door als object de geest te nemen van iemand die vrij is van passie.

s.I.38: svapna-nidrā-jñāna-āmbanaṃ-vā

Of ook door als steun de kennis te gebruiken bekomen uit droom en slaap.

s.I.39: yathā-abhimata-dhyānād-vā

Of ook door meditatie op wat wenselijk is.

s.I.40: parama-aṇu-parama-mahattva-antaḥ-asya vaśīkārah

Het meesterschap van deze yogi strekt zich uit van het kleinste atoom tot het uiterst grote.

s.I.41: kṣīṇa-vṛtṭeḥ-abhijātasya-iva maneh-grahīṭṛ-grahaṇa-grāhyeṣu tatshta-tad-añjanatā samāpattiḥ

Als alle activiteiten van de menselijke geest tot rust gekomen zijn en hij zuiver is gelijk een kristal, volledig bedekt en alleen gekleurd wordt door de kenner, het kennisproces en het kenbare ding, dan is er concentratie (samāpatti).

s.I.42: tatra śabda-artha-jñāna-vikalpaiḥ saṅkīrṇā savitarkā samāpattiḥ

Als in die ervaring woord, ding, kennis en verbeelding daarvan elkaar voortdurend afwisselen, spreekt men van gemengde concentratie op grove objecten (savitarkā samāpatti).

s.I.43: smṛti-pariśuddhau svarūpa-sūnyaḥ-iva-artha-mātra-nirbhāsā nirvitarkā

Als de menselijke geest volledig gezuiverd is van de herinneringen alsof hij leeg is van zijn eigen vorm, en alleen het ding zoals het is in de menselijke geest verschijnt, dan noemt dat niet-gemengde concentratie op grove objecten (nirvitarkā samāpatti).

s.I.44: etayā-eva savicārā nirvicārā ca sūkṣmaḥ-viṣayā vyākhyātāḥ

Hierdoor is ook de concentratie met ideeën en zonder ideeën op subtiele objecten verklaard (savicārā en nirvicārā samāpatti).

s.I.45: sūkṣma-viṣyatvaṃ ca-aliṅga-paryavasānam

En het domein van de subtiele objecten strekt zich uit tot dat van het ongemanifeseerde.

s.I.46: tā eva sabījaḥ samādhiḥ

Deze concentraties (samāpatti-s) zijn verzinkingen met inhoud.

s.I.47: nirvicāra-vaiśāradye-adhyātma-prasādaḥ

Bedrevenheid in concentratie zonder ideeën (nirvicārā) geeft innerlijke kalmte.

s.I.48: ṛtaṃ-bharā tatra prajñā

Daarin is er inzicht die drager is van spirituele waarheid.

s.I.49: śruta-anumāna-prajñābhyām-anya-viṣayā viśeṣa-arthatvāt

Door concentratie op de essentie van een ervaren object is er een andere kennis dan de kennis verkregen uit redenering en getuigenis.

s.I.50: tad-jaḥ saṃskāraḥ-anya-saṃskāraḥ-pratibandhī

De daaruit ontstane bezinksels houden de uit het gewone leven ontstane bezinksels tegen.

s.I.51: tasya-api nirodhe sarva-nirodhāt-nirbījaḥ samādhiḥ

Als ook deze bezinksels van concentratie tot rust gekomen zijn, dan is alles tot rust gekomen en is de concentratie (samādhi) zonder inhoud.