

مقتطف من كتاب "Patañjali – Yoga-Sūtra" ترجمة وتعليق فرانس مورس Frans Moors

مقدمة

نصوص اليوغا تأليف باتانجلي Patañjali

كلمة "يوغا" مستخدمة كثيراً حول العالم، ولكن هل اليوغا عموماً مفهومة بشكل جيد؟ وهو أمر من الممكن أن يكون مشكوكاً فيه. إن الإعلام يثني على مقدرة اليوغا لتجعل الناس أكثر استرخاءً ومرونة. واليوغا بالنسبة للجمهور العام وحتى في عيون الكثير من معلمي اليوغا هي مرادف لمجموعة من الوضعيات التي تشتمل على كمية معينة من الحركات المعقدة.

إن أقدم نص عن اليوغا هو نصوص التي قام **باتانجلي** بتأليفها عن اليوغا وتعرف باسم "يوغا سوترا" **Yogasūtra-s**، وهي تتحدث عن اليوغا بطريقة هي الأشمل والأفضل. وهي حتى يومنا هذا لا تزال الشرح الأكثر وضوحاً ودقة بشكل مميز حول النفس الإنسانية. وهي توضح أن ممارسة اليوغا يمكن أن تُحدث تحويلاً عميقاً في العمل الذهني (العقلي) عند الإنسان، بهدف العيش بانسجام مع الآخرين ومع الذات، وبالتالي تساعد الإنسان في مسيرته على طريق الروحية العالمية.

ومن المتداول بين العلماء أن نصوص اليوغا **Yogasūtra-s** كانت قد تم تأليفها قبل بضعة قرون من فترتنا الزمنية العامة، ولكن هناك إشارات عديدة تدل على أن اليوغا كانت موجودة عدة آلاف من السنين قبل ذلك.

إن **باتانجلي** لم يخترع اليوغا، وإنما قام فقط بشكل عام (على سبيل التعبير) بتوليف أشكال اليوغا التي كانت مزدهرة في ذلك الوقت.

ومنذ البداية الأولى (سوترا 1.1) يشير إلى أن اليوغا انتقلت من جيل إلى جيل. لذلك فهي ليست نظرية حديثة، ولكنها تعبير عن خبرات تكررت بشكل متكرر عبر القرون.

اليوغا هي نظام مفتوح للجميع: الهندوس وغير الهندوس، للمؤمن والملحد واللاأدري. وموقف طريق اليوغا حال التفكير بالله هو موقف حيادي، ورغم ذلك فإن اليوغا تتصح بفكرة التكريس لله بالنسبة لمن يناسبهم ذلك. إلا أن يوغا **باتانجلي** هي في نفس الوقت صارمة ومتسامحة ومتاحة لجميع الباحثين الصادقين.

نصوص **باتانجلي** عن اليوغا مؤلفة من مائة وخمسة وتسعين مقطعاً (سوترا) موزعة على أربع فصول. واليوغا عندما تفهم بشكل مناسب وتطبق بشكل صحيح فإنها تكون مساعدة قيمة من أجل التطور الاجتماعي والإنساني. وهي تقترح أن سلوكاً محترماً وانعكاسياً، ومظهراً مسؤولاً و طريقة سلمية لحركات تنفيذية كلها تمهد الطريق نحو الانسجام بين الناس ومستقبل بناء.

هناك القليل الذي نعرفه حول **باتانجلي**. بعض الأساطير تحاول أن تلقي ضوءاً على حياته الغامضة. وثمة رواية رائجة تدعي أنه في فترة ما من الزمن سادت الفوضى في الأرض لأن الناس كانوا غير ماهرين في التواصل فيما بينهم، وانتشرت العديد من الأمراض البدنية إلى جانب اضطراب فكري كبير. فجلس بعض الرجال الحكماء ليتأملوا ويرفعون رجاءهم طالبين المساعدة من القوى العليا. فاستجيب لهم بإرسال مبعوث خاص إليهم، نصفه إنسان ونصفه ثعبان. وكلمة "باتانجلي" تعني "الذي نزل على الأيدي المبتهلة في شكل وعاء".

نصوص اليوغا كتب في أسلوب "سوترا"، وكلمة سوترا تترجم عادة باعتبارها "حكمة" ولكنها أيضاً تعني "خيطة"، فمن سوترا إلى سوترا ننتبع خيطاً من التسلسل المنطقي للأفكار التي تقودنا إلى كشف

نسيج اليوغا. والاختصار الذي يتمتع به تعبير السوترا يجعلها تغنى بسهولة، وهي طريقة ممتازة لحفظها وفهمها، ولكن هذا الإيجاز يستدعي الحاجة إلى وضع شرح لها. والدراسة الجادة لأي من النصوص المكتوبة بهذه الطريقة تتطلب علاقة طويلة بين المعلم والتلميذ لسنوات عديدة.

قسم باتانجلي نصوص المائة وخمسة وتسعين مقطعاً إلى أربعة فصول:

1- سامادهي باداه (Samādhi pādah) : هذا الفصل يدور حول الاستغراق الكامل أو السعادة القصوى. ويتكون من واحد وخمسين مقطعاً ويضع الأسس: لليوغا، والعقل، والاستغراق الكامل.

يعتبر فياسا Vyāsa (وهو أول شارح لنصوص اليوغا وأحد أهم الشراح) هذا الفصل موجهاً إلى الباحث ذي العقل المتوازن، والقادر على تثبيت انتباهه على موضوع واحد دون أن يشرذم أو ينتشت.

مجال الحركة هو العقل (citta)، وعملية اليوغا تجمع بين الممارسة والانفصال (abhyāsa-vairāgya)، والمطلب الأساسي هو الإيمان والالتزام (śraddhā)، وهي طريق خاص مصمم من أجل التكريس والتسليم للإله.

ولكن رغم المزايا العديدة للباحث، إلا أن الطريق ليس دائماً سهلاً، إذ لا بد من ظهور العقبات، التي يقوم باتانجلي متلطفاً بتقديم الكثير من الحلول لها.

إن إعادة بناء الصفاء الذهني (العقلي) يمكن ممارس اليوغا من الحصول على قوى لا حدود لها من الفهم، حتى الوصول به إلى تحقيق المستوى الأقصى من الاستغراق (nirbījah-samādhi).

2- ساداهانا باداه Sādhana pādah فصل حول الطريق

يحتوي الفصل الثاني على خمسة وخمسين مقطعاً ويشرح "الوسائل" (upāya-s). لا يتمتع الجميع بنفس الصفاء الذهني (العقلي) الذي يتمتع به الباحث في الفصل الأول، بل ربما يكون بعيداً كل البعد عنه. لذلك يقوم باتانجلي بشرح العملية: حيث يجب أن نكون مستعدين للقيام بعمل التطهير (التصفية) (kriyā-yoga) على أساس يومي من أجل أن ننتقل من الظلام إلى النور. وبهذه الطريقة نقلل تدريجياً مصادر الآلام (kleśa-s). ويزكرنا أن كل فعل له ثمراته، وتظهر هذه الثمرات عاجلاً أو آجلاً، ولكنها تظهر بالتأكيد. والمعاناة (duḥkha) التي لم تحدث بعد يمكن بل يجب أن نتفادها. وعندما يأتي الألم يجب أن نكون مستعدين له، بحيث لا نكون خارج أعماقنا عندما يحدث.

أ) النتيجة (heya) هي المعاناة التي يجب تفاديها أو تجنبها.
ب) السبب (hetu) هو الجهل، وهو أم المصادر الأخرى للآلام.
ت) وإلتهاء (hāna) أو التخلص من الأمرين المذكورين أعلاه هو الهدف: العزلة المحررة
ث) الوسائل (upāya) المساعدة على تحقيق ذلك هي ممارسة اليوغا، وبشكل أساسي يوغا الاطراف الثمانية (aṣṭāṅga-yoga) التي يتحدث عنها في النصف الثاني من الفصل الثاني.

3- فييهوتي باداه Vibhūti-pādah ، فصل حول التطورات.

يتألف الفصل الثالث من خمسة وخمسين مقطعاً، ويقدم النتائج (phala-s) التي تحصل بسبب ممارسة اليوغا. حيث يسلط باتانجلي الضوء على العديد من الإمكانيات والقدرات الغير عادية التي تنتج عن ممارسة التأمل، ولكن هذا يحدث فقط عندما يكون لدينا التحكم الكامل في التركيز (dhāraṇā)، والتأمل (dhyāna) و الاستغراق الكامل (samādhi).

عند ذلك يدخل الذهن (العقل) في سلسلة من التحولات التي تجعله قادرا على التركيز على أي موضوع، أو أي ميدان خاص من ميادين المعرفة أو أي فعل أو أي اتجاه في التأمل. ومع ذلك فإن هذه المهارة تأتي ومعها مخاطرة: حيث يواجهها الكثير من الاختيارات التي يمكن أن تؤدي إلى تشتت. ولكن الباحث الذي يتمتع بطموح صادق للوصول إلى الهدف الأقصى لليوغا يعرف كيف يختار المنهج أو الأسلوب الصحيح ويترك الاحتمالات الأخرى.

ويعطي سلسلة طويلة من الأمثلة: قدرات خاصة، التحكم بالذهن (العقل)، معرفة الماضي والمستقبل، التواصل الخاص، معرفة النفس الأعمق، استكشاف النجوم، التحكم بالجسم الفيزيولوجي، الخ. ولكن تبقى المخاطر، رغم ذلك مثل خطر الوقوع تحت فتنة هذه القدرات، أو خطر السماح بالإشباع النفسي ليكون مهيمنا، أو خطر تنامي التعلق بهذه المظاهر.

إن الباحث المتنور لا تكون لديه الرغبة في تحقيق المعرفة والقدرات، وإنما هو مهتم فقط بالتمييز (الإدراك) المطلق، بحيث يمكنه أن يستمتع بالصفاء الكلي والدائم. وعندما يصل إلى مرحلة يتحكم فيها بالنزوع للإستثارة (rajas) و الظلام (tamas)، يصبح محاطاً بنور كامل وشفافية (sattva) وتحصل لديه معرفة ما هو كائن وما هو غير كائن.

4- كيفاليا باداه Kaivalya-pādaḥ : فصل حول العزلة المحررة

هناك أربعة وثلاثون مقطعا في الفصل الرابع. وهو يقدم الجوانب الخاصة باليوغا مقارنة مع الفلسفات الهندية التقليدية الأخرى. وهنا يصف باتانجلي عددا من المفاهيم الأساسية التي تجعل اليوغا اختياراً خاصاً. ويشرح التغيرات العميقة التي يمكن أن تحدث للذهن (العقل) عندما تتشكل علاقة أو ارتباط.

وعندما يكون العقل في حالة تأمل، يتواصل مع العقول الأخرى و يمكن أن يؤثر عليها لتغيير بشكل إيجابي بينما يبقى "حراً من الآثار الجانبية". هذه التعاليم تدور حول التربية التعليمية، ودور المعلم وتأثيره على الطالب، الخ.

هذا الفصل يعيد التأكيد بشكل واضح على حقيقة طبيعة وخبرات تجربة اليوغا: وهي الحقيقة التي تحصل للشخص الذي يعيشها، رغم أنها حقيقة متغيرة على الدوام (pariṇāma)، ففي اللحظة التي يتم إدراكها فيها يكون كل عنصر أو خبرة منها مجرد لمحة من واقع متطور على الدوام.

أما كون هذه الحقيقة (الواقع) أمر فعلي أو شخصي فهي مسألة أخرى. فالموضوعات والأشياء موجودة بالاعتماد على الناظر (الملاحظ)، فعندما يرى عدة ملاحظين (مشاهدين) شيئا مختلفا حال نظرهم إلى نفس الشيء في نفس الوقت، فإن ذلك يكون بسبب أن عقل كل شخص "يقرأ" الموضوع بشكل مختلف. بعبارة أخرى، إدراكنا للعالم ومكوناته لا يعتمد فقط على الأشياء نفسها، ولكنه يتعلق أيضا بحالة الذهن (العقل) في لحظة الإدراك.

بالنسبة للتغيرات يمكن فقط الإمساك بها بشكل صحيح من قبل وعي عميق غير متغير (puruṣa)، تماما كما نستطيع فقط إدراك القيمة المرتبطة بالأعداد (1، 2، 3....) بالاستناد إلى فكرة "الصفير" أو "اللاشيء".

هذا الكيان المشرق والمتوازن يكون متيقظا على الدوام و ملاحظا للمحتويات الذهنية (العقلية). وقد أطلق عليه باتانجلي عبر الفصول الأربعة اسم "الذات/النفس العميقة" أو "الذات الباطنية" (puruṣa) ، أو "الجوهر" (ātman)، أو "الناظر" (draṣṭā)، أو "ذاك الذي يرى" (dṛg)، أو "المعلم" (svāmī)، أو السيد (prabhu) ، أو "الوعي الصافي" (cit) ، الخ حسب السياق.

ويختتم الفصل الرابع بوصف تطور الذهن (العقل) (citta) في خدمة الوعي الصافي (cit)، وصولاً إلى المرحلة النهائية للعزلة المحررة (kaivalya) ، وهي حالة من الاستقلالية الدائم أو الحكم الذاتي المستقل.

الترجمة والنشر بإذن مكتوب من المؤلف