

الفصل الأول

سامادهي باداه (Samādhi-Pādaḥ)

فصل حول الاستغراق/الاتحاد الكامل

مقدمة

الفصل الأول في نصوص اليوغا هو الفصل الذي يحتوي على تعريفات هامة: حيث يتم تعريف اليوغا وطريقها والذهن (العقل)، والرب، وأشكال عديدة للنعيم أو للاستغراق الكامل. تحدثنا تقاليد اليوغا (الاتحاد) أن التعاليم في الفصل الأول موجهة لأولئك الباحثين الذين قد أنجزوا جزءاً مهماً من رحلة اليوغا. حيث يتمتع هؤلاء الناس بصفاء واستقرار ذهني. وهذا أمر له أهميته الخاصة في المقطعين الرابع والعاشر، حيث إن أي طالب يوغا جاد سوف يجني فوائد كبيرة من دراسة الفصل الأول.

1.1

هاهي تعاليم اليوغا.

ههنا يتم تقديم موضوع اليوغا، وهي تهدف إلى خلق الانسجام داخل الإنسان في علاقته مع نفسه وعلاقته مع الآخرين. واليوغا كانت موجودة زمناً طويلاً قبل باتنجلي ولكن هذا المعلم الكبير أعطى تلخيصاً لجميع أنظمة اليوغا التي كانت سائدة في تلك المرحلة من الزمن. والتعبير التي يستخدمه الكاتب يدل على أن هذه التعاليم لديها سلطة، حيث تمت تجربتها من قبل الحكماء السالفين وانتقلت عبر الأجيال جيلاً بعد جيل. هذه التعاليم نشأت نتيجة خبرات يشاركها باتنجلي مع الباحثين الصادقين المستعدين لتطبيقها في حياتهم اليومية.

1.2

اليوغا هي التهدئة والتركيز والتوجيه الكامل لأنشطة الذهن المتقلبة.

يعرف باتنجلي اليوغا باعتبارها حالة مميزة تصل إليها أنشطة الذهن (العقل) التي تكون في العادة مضطربة أو متقلبة. واليوغا هي التوجيه الكامل للأنشطة الذهنية نحو حالة من الانسجام والصفاء والوعي الكلي.

عند تحقيق المستوى الأعلى من التوجيه الكامل تتوقف جميع الاضطرابات والتقلبات.

1.3

عندها يظهر الناظر (البصيرة) الداخلي أو يستعيد ظهوره في طبيعته الحقيقية.

إن الذات الداخلية العميقة (النفس) هي الجوهر الحقيقي للإنسان. إنها هي الوعي الصافي، وهي الناظر المتيقظ دائماً، وهي النور المتجدد الذي ينير ذاته على الدوام، إنها تجد مكانتها الخاصة عندما يستعيد "السيد" أو الذات الحقيقية مكانه المناسب. هذا التوازن الداخلي يجعل من الممكن للمرء أن يعيش الانسجام الكامل (اليوغا). ولكن فيما سوى ذلك من الحالات الأخرى ...

1.4

في حالات أخرى (بعيدا عن الانسجام الكامل) يكون (الناظر الداخلي/الذات الحقيقية) مطابقاً في شكله لتقلبات الذهن.

إذا غمسنا قطعة إسفنج في زيت حار، فإنها تكتسب مزايا الزيت من الحرارة واللزوجة. وكذلك عندما يوضع الملح أو بذرة اليانسون في الماء، فإن الماء يكتسب طعم الملح أو اليانسون..

وبنفس الطريقة، فإن النفس/القلب/المراقب/الملاحظ يتلون وينصبغ بما في الذهن: من سعادة وحزن وسلام وتهيج، الخ..

هذه الحكمة تقدم حالة "اللايوغا"، وهي الحالة المعاكسة والمناقضة للتوجيه والتركيز والصفاء والسلام والتحكم الذهني (العقلي).

وهذه هي الحالة الأكثر شيوعاً، حيث يسود الارتباك سواء عرف المرء ذلك أم لم يعرف: ارتباك في القيم والأدوار والأولويات ووعي الواقع، الخ. ويكون إدراك العالم والأحداث ضعيفاً، وتكون الرؤية متوسطة وفي بعض الأحيان غير دقيقة كلياً.

تهيمن الفوضى وعدم الاستقرار وعدم التوازن (بشكل حاد أو متوسط). ويكون الذهن مشوشاً ومضطرباً أو في حالة ذهول، ويأخذ مكان "مبدأ الصفاء" (الذي هو النفس الحقيقية/الذات)، ويغطيه بحجاب مبهم، ويسحبه إلى حالة (متوسطة أو قوية) من اللانسجام (التنافر) مع الكثير من التبعات المؤلمة الناتجة عن ذلك.