

Patañjali: Yogasūtra

I luku

- 1 Nyt (selitetään) yoga-ohjeet.
- 2 Yoga on mielen (citta) heilahdusten tukahduttamista.
- 3 Silloin näkijä (itse) on pysyvästi omassa muodossaan.¹
- 4 Muutoin se on heilahdusten kaltainen.
- 5 Heilahduksia on viittä lajia: tuskallisia ja miellyttäviä.
- 6 (Ne ovat) tieto, harhaluulo, kuvittelu, uni ja muisti.
- 7 Oivallus, johtopäätös ja tiede ovat tietoa.
- 8 Harhaluulo on käsitys, joka ei nojaudu (kohteen todelliseen) muotoon.
- 9 Sanaviisaudesta seuraa sisällyksetön kuvittelu.
- 10 Syyn poissaolosta johtuu se heilahdus (jota sanotaan) uneksi.
- 11 Koetun kohteen säilyttäminen on muisti.
- 12 Niiden hillitseminen (2) (suoritetaan harjoituksen toistamisella ja takertumattomuudella.
- 13 (Harjoituksen) toistaminen on ponnistelu siinä (hillitsemisessä) pysymiseen.
- 14 Se taas (tulee) lujaperustukseksi pitkäaikaisella, keskeytymättömällä ja vakavalla pyrkimyksellä.
- 15 Joka on tullut janoamattomaksi nähtyjä ja kuultuja objekteja kohtaan, hänen hallitsija-tietoisuutensa on kiintymätön (vairāgya).
- 16 Korkein (kiintymättömyys) on vapaus kvaliteettien (guṇat) haluamisesta, (joka syntyy) puhtaan hengen (puruṣa) näkemisestä.
- 17 Samprajñāta² (samādhi syntyy) tarkastelusta (vitarka), mietiskelystä (vicāra), ilosta (ānanda) ja »minä olen» -tietoisuudesta (asmitā).
- 18 Se toistuva (harjoitus, joka) lopettaa (mielen heilahdukset) aiheuttaa toisen (asamprajñāta samādhin, joka koostuu pelkistä vaikutelmista (saṃskāra).³
- 19 Se (asamprajñāta samādhi) on maailman aiheuttama ruumiittomille ja prakṛtiin sulautuneille.⁴

- 20 Toisten mielestä (tämä asamprajñāta samādhi) seuraa uskoa, energiaa, muistia, (tavallista) samādhia ja tietoisuutta (prajñā).

Vyāsa: (Tämän samādhin, joka) aiheutetaan mentaalisin keinoin, saavuttaa yogi. Usko on (samādhin) mentaalinen hyväksyminen, sillä hyvän äidin tavoin se suojelee yogia. Hänelle joka uskoo näin ja asettaa vapautumisen päämääräkseen, saavuttaa myös energian. Sillä joka on saavuttanut energiaa, on myös tietoisuus käsillä. Ja kun tietoisuus on käsillä, mieli hallitsee itsensä ja saavuttaa samādhin. Kun hänen mielensä on saavuttanut samādhin, hän saa myös erottavan näkökyvyn, jolla hän käsittää asiat sellaisina, kuin ne todella ovat. Harjoittamalla näitä menetelmiä ja tähän päämäärään tähdättyä himotomuuksia nousee lopulta se samādhi, joka ei ole tietoinen (objekteista, asamprajñāta).

Nyt näitä yogeja on yhdeksää eri lajia, helpon, kohtuullisen tai ankaran metodin seuraajia... Näiden joukossa helpon metodin seuraajia on kolmea lajia, niitä joiden into on vähäinen, kohtuullinen tai ankara. Samalla tavalla ovat kohtuullisen metodin seuraajat. Samalla tavalla ovat ankaran metodin seuraajat. Ja ankaraa metodia seuraavien joukossa:

- 21 Niille joiden into on kiihkeä, on myös (samādhi) lähellä.⁵
- 22 Tässäkin on ero sen mukaan, onko (yogi) vähän, kohtuullisesti vai ankarasti kiihkeä.
- 23 Myös jumalaan keskittymisen (Īśvara-prajñāhāna, II, 32) määrän takia (on ero samādhin saavuttamisen nopeudessa).
- 24 Jumaluus (Īśvara) on se erityinen henki (puruṣa), jota

esteet (kleśa), toiminta (karma), (sen seurausten) toteutuminen (vipāka) ja niiden vaikutus (āśaya) eivät kosketa.

Vyāsa: Esteet ovat tietämättömyys ym. (II, 3). Toiminta on hyvää tai pahaa. Toteutumisesta näiden aiheuttamia (hyviä tai pahoja) seurauksia. Vaikutukset ovat näitä (toteutumisista) vastaavat tiedostamattomat vaikutelmat. Vaikka nämä kuuluvat mieleen (manas), niitä pidetään Itselle (ātman, puruṣa) kuuluvina.

- 25 Hänessä kaikkietävän siemen on korkein.⁶
- 26 Hän on muinaistenkkin ṛṣien opettaja (guru), koska aika ei rajoita häntä.
- 27 Lausuttuna hän on pyhä tavu (praṇava, so. om, ks. s. 174).
- 28 Sen toistaminen (japa) ja sen merkityksen mietiskeleminen (on tärkeää ja tuloksellista).
- 29 Siitä seuraavat myös taaksepäin suuntautuvan ajattelun saavuttaminen ja esteistä vapautuminen.⁷
- 30 Sairaus, tylsyys, epäily, varomattomuus, laiskuus, nautintojen kaipaaminen, harhakäsitykset, olo ilman lujaa perustaa, epävakaisuus — nuo mielen (citta) hämmennykset ovat esteitä.
- 31 Tuska, epätoivo, ruumiin kiinteyden puute, sisään- ja uloshengitys ilmenevät noiden hämmennysten myötä.
- 32 Niiden estämiseksi (on suoritettava) yhden periaatpin (tattva) harjoittaminen.
- 33 Mielen (citta) kirkastuminen saavutetaan harjoittamalla ystävällisyyttä, sääliä, iloisuutta ja välinpitämättömyyttä mielihyvän, tuskan, hyveen ja paheen objekteja kohtaan.
- 43 Tai (se saavutetaan) hengityksen (prāṇa) pidättämisen ja uloshengityksen avulla.
- 35 Tai objekteihin kohdistuva aistitoiminta on noussut mielen (manas) kiinteyden sitojaaksi.

- 4
- 36 Tai (mielen kirkkaus saavutetaan, kun yogin aistitoiminta on tullut tyyneksi ja valoisaksi, tai (jos) mieli (citta) ottaa kohteeksi (mietiskelylleen sellaisen, joka) on jättänyt kärsimykset taakseen, tai (se saavutetaan valitsemalla mietiskelyn) kohteeksi unessa ja nukkuesa saavutettu tieto, tai mietiskelemällä vapaavalinnaisista kohdetta.⁸
- 40 (Tämän saavuttaneen) mahti ylittää pienimmästä atomista suurimpaan suuruuteen.
- 41 Kuin kallisarvoinen jalokivi nojaa heilahdukset (I, 2) tukahduttaneen (mieli) tietäjään, tietoon ja tiedettävään, on niiden värittävä ja niiden kaltainen.⁹
- 42 Tarkasteleva (samādhi) on silloin sanan, merkityksen ja tiedon vuorottelun muodostama.
- 43 Ei-tarkasteleva (samādhi) taas — kun muisti (ensin) on puhdistettu — on ikään kuin tyhjä omasta olemuksestaan pelkän merkityksen loistaessa.
- 44 Aivan samalla (tavalla voidaan kuvata myös) hieno-(sūkṣma)kohteisia tutkivaa ja ei-tutkivaa (samādhia), ja tämä hienokohteisuus rajoittuu jakamattomaan.¹⁰
- 46 Nämä juuri ovat siemenellistä samādhia.¹¹
- 47 Ei-tutkivan (samādhin) kirkkaudessa (saavutetaan) itseeseen (ātman) kuuluva rauha.
- 48 Siinä (on) totuutta (ṛta) kantava tietoisuus (prajñā).
- 49 (Koska) kuullun ja päätellyn käsittämisellä (prajñā) on erilainen tarkoitus (niin niihin verrattuna tämä edellä mainittu tietoisuus) kohdistuu toisaalle.
- 50 Tästä (ei-tutkivasta samādhista) syntynyt vaikutus (samskāra) on muut vaikutukset estävä.
- 51 Tämänkin tukahduttamisen avulla kaiken tukahduttaen (saavutetaan) siemenetön samādhi.¹²

1 Eikä samaista itseään näihin heilahduksiin.

2 Samprajñāta on samādhi, jossa kohde tiedostetaan.

3 Asamprajñāta samādhissa ei tiedosteta mitään tiettyä kohdetta. Yogin mielestä ovat heilahdukset lakanneet ja vain vaikutelmat ovat jäljellä.

4 Ruumiittomat (videha) ovat jumalia. Kysymys on siitä, että samādhia

on kahta tyyppiä, maailman aiheuttamaa ja henkisen harjoituksen aiheuttamaa. Jälkimmäinen on yogalle ominainen, siitä puhuu seuraava kohta. Tässä mainittu sen sijaan, olipa sen syynä maailma (Vyāsa) tai syntymä (Vijñānabhikṣu), so. sen laatu, ei johda todelliseen vapautumiseen, vaan ainoastaan näennäiseen määräaikaiseen autuuskokemukseen, joka päättyy uuteen syntymään.

5 He saavuttavat nopeasti samādhin ja samādhin tuloksen.

6 Puruṣa/Īśvara on lähempänä absoluuttia kuin mikään muu maailmaan kuuluva.

7 Taaksepäin on vastakohta normaalille ulospäin suuntautuneelle objektiiviselle ajattelulle, ts. kyky nähdä oma todellinen olemuksensa, joka on juuri tämä Īśvara.

8 Edellisissä kohdissa kuvataan erilaisia mahdollisia yoga-tekniikoita, toimintaan liittyvää karma-yogaa (33), prāṇāyāma-harjoituksia (34) ja erilaisia mietiskelytapoja.

9 Kuten hyvin hiottu jalokivi heijastaa alustansa värejä.

10 Kohteen tiedostavaa (samprajñāta) samādhia (vrt. I, 17) on neljää tyyppiä: tarkasteleva (savitarka), ei-tarkasteleva (nirvitarka), tutkiva (savicāra) ja ei-tutkiva (nirvicāra). Sanotaan että tarkasteleva samādhi liikkuu kärkeiden, tutkiva hienojen kohteiden keskellä (kohdistuu niihin). Toisesta ja neljännessä sen sijaan puuttuu tekijä-kohde-relaatio. Neljäs lähenee kohteetonta (asamprajñāta), vapautumiseen johtavaa samādhia.

11 Niin kauan kuin samādhilla on selvä tiedostettu kohde, jolla on vaikutus, »siemen» (bīja), se on siemenellistä (sambīja). Kun kohde on kadonnut, siitä tulee lopullisesti siemenetön (nirbīja).

12 Joka johtaa lopulliseen vapautumiseen, kun kaikki harhamaailmaan kuuluva mielentoiminta on »tukahdutettu».

II luku

- 1 Askeesi (tapas), opiskelu ja jumalaan keskittyminen (Īśvara-praṇidhāna) (ovat) toiminnan yoga (kriyāyoga).
- 2 (Sitä harjoitetaan) samādhin saavuttamisen ja esteiden (kleśa) heikentämisen vuoksi.
- 3 Esteitä ovat tietämättömyys (avidyā), minäisyys (asmittā), (nautinnon yms.) kaipaus (rāga), viha (dveṣa) ja elämänhalu (abhiniveśa).¹
- 4 Tietämättömyys on muiden (esteiden) kenttä (toiminta-alue, olivatpa ne sitten) uinuvia, heikkoja, tukahdutettuja tai ylläpidettyjä.
- 5 Tietämättömyys on katoavaisen, epäpuhtaan, tuskallisen ja ei-itsen pitämistä ikuisena, puhtaana, miellyttävänä ja Itsenä (ātman).

- 6 Käsitys- ja näkökyvyn samana pitäminen on minäisyyttä.
Vyāsa: Itse (ātman) on käsityskyky, buddhi² sen sijaan on näkökyky. Minäisyydeksi kutsuttu este on muutos, jonka kautta nämä kaksi näyttävät yhdeltä olemukselta.
- 7 Kaipaus asuu (kohdistuu) mielihyvässä.
- 8 Viha (tai vastenmielisyys) asuu tuskassa.
- 9 Itsestään liikkuvana elämänhalu kehittyy viisaassakin.
- 10 Nämä hienot (esteet) poistetaan vastatoimenpiteillä.³
- 11 Nämä (mielen) heilahdukset (vrt. I, 2) poistetaan mietiskelyn (dhyāna) avulla.
- 12 Esteet ovat näkyvissä ja näkymättömissä syntymissä toteutuvien toiminnan vaikutusten juuria. (Vrt. I, 24)
- 13 Kun juuri on olemassa, (on myös sen aiheuttama) toteutuminen, (nimittäin:) kasti, elämä (so. elinaika) ja (siinä kerätyt) kokemukset.
- 14 Näiden (toteutumisten) hedelmät ovat iloisia tai surullisia sen mukaan onko niiden syynä hyvä vai paha (teko).
- 15 Muutosten, kärsimysten ja vaikutelmien (aiheuttamien) tuskien sekä kvaliteettien (guṇat) ja (mielen) heilahdusten vastakkaisuuden vuoksi (asioiden todellisen olemuksen) erottavalle (vivekin) kaikki on vain tuskaa.
- 16 Pitäisi (yrittää) välttää (vielä) tulematon tuska.
- 17 Näkijän ja nähdyn yhteys on sen syy, mikä olisi vältettävä.⁴
- 18 Nähdyn ominaisuudet ovat kirkkaus, toiminta ja paikallaanpysyminen (toisin sanoen guṇat), sen olemus (muodostuu) aisteista ja elementeistä (ks. s. 150), sen päämääränä on vapautuminen.
- 19 Kvaliteettien (guṇa) osat ovat eriytyneet, eriytymättömät, pelkällä tunnusmerkillä varustetut tai vailla merkkiä.
- 20 Näkijä⁵ (ks. II, 6) on pelkkä näkö (tietoisuus) ja joskin

- puhdas, kuitenkin ymmärryksen (buddhi) kautta näkevä.
- 21 Vain sen (näkijän) vuoksi nähtävä on olemassa.
 - 22 Päämääränsä saavuttaneella se on lakannut olemasta, (mutta) muille se on lakkaamaton yleisyytensä vuoksi.
 - 23 Sen itsensä (nähdyn) ja sen herran (näkijän) voimien käsittämisen syy (on niiden välinen) yhteys.
 - 24 Sen (yhteyden) syy on tietämättömyys.
 - 25 Sen (tietämättömyyden) poissaolosta (seuraa) yhteyden katoaminen. Tämä katoaminen on näkijän yksinäisyys (kaivalya, so. vapautuminen).
 - 26 Tämä lakkaaminen saavutetaan katkeamattomalla erotuskyvyn käytöllä (viveka).
 - 27 Hänellä on seitsenkertainen ymmärrys (prajñā) korkeimmalla (todellisuuden) asteella.
 - 28 Epäpuhtauden kadotessa yogan jäsenten (aṅga), noudattamisen (ansioista) tiedon valo (synnyttää) erottelevan erotuskyvyn (viveka).
 - 29 Pidättyminen (yama), noudattaminen (niyama), asento (āsana), hengityksen hallinta (prāṇāyāma), (aistien) vetäminen pois (kohteistaan) (pratyāhāra), keskittyminen (dhāraṇā), mietiskely (dhyāna) ja kontemplaatio (samādhi) (ovat yogan) kahdeksan jäsentä (aṅga).
 - 30 Pidättymistä (yama) ovat ei-tappaminen (ahiṃsā), totuudellisuus (satya), varastamattomuus (asteya), sukupuolinen pidättyväisyys (brahmacarya) ja omaisuudettomuus (aparigraha).
 - 31 Kasti, seutu, aika tai olosuhteet eivät rajoita näitä kaikkia luokkia koskevia suuria velvollisuuksia.
 - 32 Puhtaus (śauca), tyytyväisyys (saṃtoṣa), askeesi (tapas), itsetutkiskelu (svādhyāya) ja jumalaan keskittyminen (īśvarapraṇidhāna) (muodostavat) noudattamisen (niyama).
 - 33 Väärän ajattelun ahdistassa sen vastakohdan (harjoittaminen on tarpeen).
 - 34 Tehtyä, teetettyä tai hyväksyttyä väärää ajattelua, (so.)

- väkivaltaa ym. (edeltävät) syinä ahneus, viha ja hämmennys, (olipa se sitten) lempeää, kohtalaista tai ankaraa, (siitä syntyy) hedelminä loppumaton tuska ja tietämättömyys — siksi vastakohtien (harjoittaminen on tarpeen).
- 35 (Yogin) pysyessä lujasti väkivallattomuudessa (ahimsā) lakkaavat kaikki vihollisuudet hänen läheisyydessään.
 - 36 (Yogin) pysyessä lujasti totuudellisuudessa (satya) (hän tulee) toiminnah hedelmien perustaksi.
Vyāsa: . . . mitä hän sanoo, muuttuu todeksi.
 - 37 (Yogin) pysyessä lujasti varastamattomuudessa (asteya) tulevat kaikki jalokivet hänen luokseen.
 - 38 (Yogin) pysyessä lujasti sukupuolisessa pidättyväisyydessä (brahmacarya) hän saavuttaa energian.
 - 39 Omaisuudettomuuden (aparigraha) horjumattomuudesta seuraa syntymän millaisuuden ymmärtäminen (sambodha).
 - 40 Puhtaudesta (śauca) seuraa omien jäsenten vastenmielisyys ja kanssakäymisen lakkaaminen muiden kanssa.
 - 41 Sekä sattvan (guṇa) puhtaus (ihmisessä), iloisuus, yksikärkisyys (keskittymiskyky), aistien voittaminen ja sopivuus itsen (ātman) näkemiseen.
 - 42 Tyytyväisyydestä (saṃtoṣa) korkeimman mielihyvän saavuttaminen.
 - 43 Ruumiin ja aistien täydellisyys askeesista (tapas), koska epäpuhtaus on tuhottu.
 - 44 Itsetutkistelusta (svādhyāya) yhteys haluttuun jumaluuteen.
 - 45 Samādhin täydellisyys jumalaan keskittymisestä (īśvara-prāṇidhāna).
 - 46 Asento (āsana) olkoon kiinteä ja mukava.⁶
 - 47 (Tämä asento) sisältää ponnistuksen laukaisemisen ja loputtoman mietiskelemisen.
 - 48 Siinä (asennossa) estetään sisään- ja uloshengityksen virtaus (harjoittamalla) prāṇāyāmaa.
 - 49 Silloin ei jouduta kosketuksiin kaksinaisuuden kanssa.

- 50 Uloshengitys ja sisäänhengitys ja pidättäminen tehdään pidennetyiksi ja ohuiksi säätelemällä aikaa, paikkaa ja lukumäärää.
- 51 Ulkoisen ja sisäisen kohteen tuolle puolen meno muodostaa neljännen (prāṇāyāman).
- 52 Sen avulla katoaa peite valon edestä.
- 53 Ja mieli (manas) tulee kiinteäksi keskittymistä (dhāraṇā) varten.
- 54 Aistien poisvetämisessä (pratyāhāra) aistit eivät enää kohdistu omiin kohteisiinsa ikään kuin jäljitellen mielen (citta) luonnetta.
- 55 Siitä seuraa korkein aistien herruus.

1 Minäisyydellä tarkoitetaan »minä olen» -tunnetta, tunnetta erillisestä persoonallisesta minä-eksistenssistä. Elämänhalu tarkoittaa juuri tähän rajoittuneeseen olemassaoloon kohdistuvaa kaipausta. Kaikki nämä ovat esteitä yogassa.

2 Buddhi, äly tai ymmärrys on korkein persoonallisuuden osista.

3 Kommentaari selvittää sanaa hieno (sūkṣma), sanomalla, että esteet ovat poistettavissa kun ne ensin on saatettu mahdollisimman hienoiksi ja ohuiksi.

4 Itse katsoo persoonaa, joka on vain objekti. Kärsimys syntyy, kun itse luulee itseään persoonaksi.

5 Näkijä, so. itse ei itse osallistu materiaaliseen olemassaoloon, mutta katselee sitä persoonallisuuden korkeimman osan buddhin kautta, pysyen kuitenkin itse puhtaana so. vapaana siitä.

6 Näin paljon uhraa Patañjali tilaa sille, mikä länsimaissa usein pidetään yogan olennaisimpana osana. Vyāsa mainitsee sentään nimeltä useita eri asentoja, ensimmäisenä kuuluisa lootusasento (padmāsana).

III luku

- 1 Mielen (citta) kiinnittäminen (tietylle) paikalle on keskittyminen (dhāraṇā).
- 2 Tällä (paikalla) ajattelun suuntautuminen vain yhteen kohteeseen on mietiskely (dhyāna).
- 3 Kun vain kohteen säteily (on olemassa, mutta) itse (mieli on) tyhjä, tuo sama on samādhi.¹
- 4 Yhdessä nämä kolme ovat samyama.
- 5 Sen hallinnasta syntyy tietoisuuden (prajñā) valo.

- 6 Sitä käytetään asteittain.
- 7 Edellisiin nähden nämä kolme ovat (yogan) sisäinen jäsen (antaraṅga).
- 8 Nirbīja-samādhiin verrattuna sekin on ulkoinen jäsen (bahiraṅga).²
- 9 Nousevien (tavallisten) vaikutelmien hävitessä ja hillitsemisen (ks. I, 2) vaikutelmien ilmaantuessa (tapahtuu niiden väliin jäävässä vaikutelmattomassa tilassa) mielen (citta) täyttävän hillitsemisen hetkellä hillitsemisen transformaatio (nirodhapaṇīḥama).
- 10 Sen (mielen) virta on rauhallinen vaikutelmien vuoksi.
- 11 Mielen monikohteisuuden häviämisen ja yksikohteisuuden nousun (välissä vallitsee) samādhiin transformaatio (samādhipaṇīḥama).
- 12 Ja rauhallisten ja kiihkeiden kohteiden ollessa samantaisia (vallitsee) mielen (citta) yksikohteisuus-transformaatio (ekāgratāpaṇīḥama).
- 13 Näin selitetään ominaisuuksien, ajan ja tilan transformatiot elementeissä ja aisteissa.
- 14 Rauhalliset, nousseet ja manifestoitumattomat ominaisuudet ovat riippuvaisia perustasta.
- 15 Seurauksen erilaisuus on transformaation erilaisuuden syynä.
- 16 Kolmeen transformaatioon (kohdistuneesta) samyamasta (seuraa) tieto menneestä ja tulevasta.
- 17 Sana, sen merkitys ja (sen mielessä synnyttämä) idea ovat sekaantuneet niiden identifikaation takia; niiden eroihin (kohdistunut) samyama (opettaa) ymmärtämään kaikkien eri olentojen ääniä.
- 18 Vaikutelmien välittömästä ymmärtämisestä (syntyy) tieto aikaisemmista syntymistä.
- 19 Mielentoimintaan (kohdistuneesta samyamasta seuraa) tieto toisen mielestä.
- 21 Kun samyama kohdistetaan muotoon ja keskeytetään sitä vastaavan aistin (näön) toiminta, syntyy silmän ja valon yhteyden katketessa näkymättömyys.³

- 22 Toiminta (karma) on joko aktiivista tai uinuvaa (potentiaalista) — niihin (kohdistuvasta) samyamasta (seuraa) tieto (omasta) kuolinhetkestä, samoin enteisiin (kohdistuvasta samyamasta).
- 23 Ystävyyden samyamasta (seuraa sitä vastaava) voima, voiman samyamasta norsun ym. (veroiset) voimat.
- 25 Suuntaamalla mielentoiminnan valo (saavutetaan) tieto (siitä mikä on) hienoa, salattua ja etäistä.
- 26 Samyama aurinkoon tuo tiedon avaruudesta.
- 27 (Samyama) kuuhun tuo tiedon tähtien järjestelmästä.
- 28 (Samyama) pohjantähden tuo tiedon (tähtien) liikkeistä.
- 29 (Samyama) navan pyörään tuo tiedon ruumiin rakenteesta.
- 30 (Samyama) ruokatorveen tuo nälän ja janon lakkaamisen.
- 31 (Samyama) kūrma-nāḍhin⁴ tuo kiinteyden.
- 32 (Samyama) päässä olevaan valoon tuo siddhojen näkemisen.⁵
- 33 Intuition avulla (yogi käsittää) kaiken.⁶
- 34 (Samyama) sydämeen tuo tietoisuuden mielen (citta) luonteesta.
- 35 Kokemus on tietoisuus (joka ei pysty) erottamaan sattvaa ja puruṣaa (vaikka ne ovat) täysin erilaisia. Samyamasta (joka kohdistuu siihen, mikä on olemassa) itsensä vuoksi (eikä siihen, mikä on olemassa) toisen vuoksi (syntyy) tieto puruṣasta.⁷
- 36 Tästä seuraavat intuitiivinen (yliaistillinen) kuulo, näkö, tunto, maku ja hajuaisti.
- 37 Samādhissa ne ovat esteitä, mutta ulospäin kääntyneessä tilassa voimia (siddhi).
- 38 (Yogia omaan ruumiiseensa kiinnittävän) siteen höllentämisen ja (mielen) toimintojen tuntemuksen avulla (saavutetaan) mielen (citta) kyky siirtyä toiseen ruumiiseen.
- 39 Udāna⁸ hallitsemisesta seuraa koskettamattomuus ve-

- teen, liejuun, piikkeihin ym. sekä levitaatio.
- 40 Samānan hallinnasta (ruumiin valon) säteily.
 - 41 Samyamasta kuulon ja eetterin väliseen yhteyteen (syntyy) jumalallinen (yliaistillinen) kuulo. (Vrt. s. 106)
 - 42 Samyamasta ruumiin ja eetterin väliseen suhteeseen ja mielen keskittämisestä villan keveyteen (syntyy kyky) kulkea eetteriä myöten (ilmassa).
 - 43 Käsittämätön on ulkopuolella oleva suuren ruumiittomuuden tila. Sen avulla tuhotaan valon edessä oleva verho.
 - 44 Elementtien hallinta on seurauksena samyamasta niiden karkeisiin, pysyviin, hienoihin, kaikkialletunkeutuviin ja tarkoituksenmukaisiin ominaisuuksiin.
 - 45 Tästä seuraavat animan ym. (suuret siddhit), ruumiin hyvinvointi ja sen tehtävien onnistuminen.
 - 46 Kauneus, miellyttävyys, voima ja tavaton kiinteys ovat ruumiin hyvinvointi.
 - 47 Aistien hallinta seuraa samyamasta niiden toimintapaan, olemukseen, itsekkyyteen, kykyyn tunkeutua kaikkialle ja tarkoituksenmukaisuuteen.
 - 48 Tästä seuraa mielen kyky välittömästi havaita asiat ilman (aisteja) välineinä sekä aineen hallinta.
 - 49 Vain tietoisuus sattvan ja puruṣan välisestä erosta (III, 35) tuo (kyvyn) hallita kaikkia tiloja ja kaikkitietävyyden.
 - 50 Tämän koskettamattomuudesta (käyttämättömyydestä) seuraa siteen juuren tuhouduttua vapautuminen (kaivalya).
 - ...
 - 54 Tuonpuoleinen, kaikki kohteet kaikkialta sisältävä ja vailla seurauksia (karmaa) on (todellisuuden) oivaltamisesta syntyvä tieto.
 - 55 Kun sattva ja puruṣa ovat puhtaudeltaan yhtäläiset, seuraa vapautuminen (kaivalya).

1 Samādhi on mietiskelyn seurauksena syntyvä tila, jossa kaikki erotukset kohteen ja mietiskelijän välillä katoavat ja mietiskelijä tajuamatta omaa

olemistaan tuntee välittömästi kohteen olemuksen itsessään.

2 Vrt. I, 51.

3 Tällä tavoin yogi voi tehdä itsensä näkymättömäksi.

4 Nädit selitetään sivuilla 166 ja 169.

5 Kommentaattori Vācaspati miśra selittää pään valon tarkoittavan su-
ṣumnā-nāḍiā. Siddha on yogan mestareista käytetty nimitys, se jolla on
siddhit eli juuri tässä kuvatut yliluonnolliset kyvyt.

6 Intuitio on ymmärryksen (buddhi) toiminta, joka tavallisilla ihmisillä
on varsin kehittymätön, mutta kehittyy yogan vaikutuksesta.

7 Itsensä vuoksi olemassa oleva on henki (puruṣa). Toisen vuoksi,
nimittäin hengen, olemassa oleva on aine (prakṛti). Sattva, korkein guṇista,
on vain prakṛtin aspekti, vaikka ymmärtämätön voikin sekoittaa sen
henkeen.

8 Udāna on eräs prāṇan, yogan vitaalienergian laji, samoin samāna.

1

14

14

14

14

M

S

12