

Paṭaṅḍjali jogas sūtras (4.gs.p.m.ē.-2.gs.m.ē.)

Pagaidu tulkojums, 2.versija

1.nodaļa - Samādhi (saplūsme)

1. Tagad norādījumi par jogu.
2. Joga ir prāta (citta) virtojumu (vrtti) apturēšana.
3. Tad redzošais atrodas dabiskajā stāvoklī.
4. Citkārt (viņš) pielāgojas (prāta) virtošanai.
5. Virtojumi ir piecu veidu, nepatīkami vai patīkami:
6. ...**apliecinājumi** (pramāna), **kļūdīšanās** (viparjaya), **izdomājumi** (vikalpa), **miegs** (nidrā), **atmiņa** (smṛti).
7. Acīm uztvertais (pratjākṣa), prāta slēdzieni (anumāna) un tradīcijas (āgama) ir liecības.
8. Kļūdīšanās ir maldīga zināšana, kam pretī nestāv reāls objekts.
9. Faktu neesamība kā vārdisko zināšanu sekas ir izdomājums.
10. Virtošana, kas balstās uz neesamības uzskata, ir miegs.
11. Piedzīvoto lietu neatlaišana ir atmiņa.
12. Ar praksi un atturību tos (virtojumus) aptur.
13. Cenšanās tur (mierā) nostāvēt ir prakse.
14. Bet tā, piekopta ilglaicīgi, nepārtraukti un uzcītīgi, ir stingra pamatne.
15. Bezkaislība ir tā (cilvēka) apvaldīta apziņa, kurš neslāpst pēc lietām – redzētām un sadzirdētām.
16. Tā ir vispārākā, kad, apjaušot patību (puruṣa), izsīkst alkas pēc īpašībām (guna).
17. Sekojot pārdomu, izpētes, svētlaimes un esmes izpausmēm, (rodas) apzinātība.
18. Vispirms praktizējot prātojumu norimšanu, pārpalikušie iespaidi ir cits (stāvoklis).
19. Tas ir esības pamats bezķermeņa (būtnēm) un saplūdušajiem ar dabu.
20. Citiem pirmākais ir ticība, drosmē, atmiņa, samādhi un gudrība.
21. Tiem, kam ir kvēla degsme, (mērķis) atrodas tuvu.
22. Tādējādi ir atšķirības arī vāju, vidēju un spēcīgu (centienu) dēļ;
23. ...vai arī dēļ paļāvības uz dievu.
24. Dievs (īśvara) ir patības izcilums, to neskar nodomi, darbību rezultāti un sārgi.
25. Viņā ir nepārspējamais vieduma dēsts.
26. Viņš ir arī priekšgājēju Skolotājs, jo nav ierobežots laikā.
27. Viņa izpausme ir pirmskaņa (om).
28. To atkārtu un būtisko tās jēgu.
29. Tādējādi nonāk arī pie iekšējas izpratnes, un šķēršļi izzūd.
30. Slimība, kūtrums, šaubas, nevērība, slinkums, negausība, maldīgs redzējums, nespēja koncentrēties (nenoturēt uzmanību) un svārstīgums – tie ir šķēršļi, kas izkaisa prātu.¹
31. Ciešanas, grūtsirdība, locekļu trīsas, nevienmērīga elpa rodas kopā ar izkaisītu (prātu).
32. Lai no tās izsargātos, ir jākoncentrējas uz kaut ko vienu.
33. Draudzīguma, līdzjūtības, prieka, nesatricināmības attīstīšana laimīgos, nelaimīgos, labos un ļaunos apstākļos noskaidro prātu.
34. Izpūšot un aizturot elpu vai ...
35. ... (koncentrējoties uz) prāta stabilitu saikni, kad radusies (apzināta) maņu pievēršana attiecībā uz lietām vai...
36. ... (uz iekšējo) mirdzēšanu bez raizēm vai...
37. ... uz prātu, kam zudusi lietu iekāre, vai...
38. ... uz sapņu un (dziļa) miega zināšanu cēloni vai...
39. vai arī koncentrējoties (uz jebko), kā tik vēlas...,
40. ... Pat vislielāko un visniecīgāko sasniedz viņa (joga) pārvaldība.
41. No izzūdošās virtošanas (prātam) piedzimstot kā dārgakmenim, tvērējā, uztverē un tveramajā (rodas) tajos stabila un to iekrāsota saplūšana.
42. Tur sajaukusies ar vārdiem, jēgu, zināšanām un izdomām ir prātojoša saplūšana.

¹ Dažās versijās teikums „Tie ir šķēršļi, kas izkaisa prātu.” (citta-vikṣepās-te 'ntarājāH) ir kā atsevišķs pants.

43. Pilnībā iztīrot atmiņas, it kā bez paša veidola, tikai objektu atstarojoša ir neprātojošā (saplūšana).
44. Un tieši tāpat tiek skaidrota izpēte un neizpēte attiecībā uz smalko.
45. Un tiek sasniegts tikai smalkajam raksturīgais stāvoklis bez pazīmēm.
46. Tomēr tie (prāta stāvokļi) ir samādhi ar sēklām.
47. Cildās dvēseles dzidrums ir meistarībā bez izpētes.
48. Patiesības pilna tur ir izpratne.
49. Īpašās mērķa (uztveres) dēļ tā ir citāda lietu izpratne nekā iemācītā un izsecinātā.
50. No tās radies iespaids aiztur citus iespaidus.
51. To arī apturot, visi (iespaukti) tiek apturēti, un no tā (rodas) bezsēklas samādhi.

2.nodaļa - Sādhana (prakse)

1. Askēze, pašmācība, ļaušanās dievam ir darbības (krijā) joga.
2. (Tai ir) mērķis – mazināt sārņus un mērķis – radīt samādhi.
3. Sārņi ir neziņa, patmīlība, iekārošana, ienīšana un pieķeršanās (dzīvei).
4. Neziņa ir augsne pārējiem (sārņiem) – snaudošiem, samazinātiem, pārtrauktiem (vai) spēkā pieaugošiem.
5. Neziņa ir uzskats, ka nepastāvībā, netīrībā, ciešanās, neīstajā būtībā ir pastāvība, tīrība, laime, būtība.
6. Patmīlība ir redzētāja un redzēšanas spēju (apvienošana) it kā vienā būtnē.
7. Iekārošana ir tas, kas seko laimei.
8. Ienīšana ir tas, kas seko ciešanām.
9. Pieķeršanās tāpat ietekmē arī viedo, kas uztur savu dzīvību.
10. Šie smalkie (sārņi) ir novēršami, atgriežot tos pirmsākumā.
11. To virtojumi ir novēršami meditācijā (dhjāna).
12. Sārņos sakņojošais karmas uzkrājums izpaužas šajā un nākamajās dzīvēs.
13. Saknei pastāvēt, (karma) nobriest kā iedzimšana, dzīves ilgums un pieredzes.
14. To jaukie vai nelāgie augļi (rodas) no labestības vai no ļaunuma cēloņsakarībām.
15. Līdz ar pārmaiņu, sāpju un iespaidu ciešanām, kā arī dēļ īpašību izpausmju pretrunām, izpratošajam viss ir tikai ciešanas.
16. Neatnākušās ciešanas ir novēršamas.
17. Novēršamo (ciešanu) cēlonis ir redzētāja un redzamā savienošana.
18. Redzamā (pasaule) ir pielietojums gaišumam, darbīgumam un statiskumam, tā ir satvars pamatelementiem un jutekļiem, (un tā ir redzētāja) pieredzes un pilnīgošanās jēga.
19. Īpašību (attīstības četri) posmi ir neapzīmētais, tikai apzīmētais, neatšķirīgais, atšķirīgais.
20. Redzētājs ir tikai redzēšana, kaut tīrs, tomēr noraugās prātojot.
21. Tikai viņa mērķa dēļ redzamajam ir dvēsele.
22. Kaut arī mērķi piepildījušajam (redzamā pasaule) pazūd, tā nepazūd citiem, jo ir kopējs pamats.
23. Savienošanās ir veids, kā aptvert saimnieka un īpašuma enerģiju pašu dabu.
24. Tās cēlonis ir nezināšana.
25. Nepastāvēt nezināšanai, nepastāvēt (arī) savienošanās; tās izbeigšana redzošajam ir brīvība.
26. (Skaidri) izšķiroša izpratne, kas ir nepārtraukta, ir izbeigšanas metode.
27. Viņa gudrība ir gala zeme ar septiņām kārtām.
28. Ar centīgu jogas sadaļu praksi iznīcinot netīrību, (rodas) zinības gaišums, līdz pat (skaidri) izšķirošai izpratnei.
29. Ir **astonas sadalas**: **tikums** (jama), **pienākums** (nijama), **poza** (āsana), **elpas kontrole** (prānājāma), **atturēšanās** (pratjāhāra), **koncentrēšanās** (dhārana), **meditācija** (dhjāna), **saplūsme** (samādhi).
30. **Tikumī** ir **nevardarbība**, **patiesums**, **nezagšana**, **askētiska tīklība** un **nesavtība**.
31. (Tie aptver) visas jomas, nešķirojot dzimtu, vietu, laiku, apstākļus, (un ir) dižā apņemšanās.
32. **Pienākumi** ir **šķīstīšanās**, **pieticība**, **askēze**, **svēto rakstu mācības** un **dieva pielūgsmē**.
33. Kad uzmācas (ļauņas) domas, ir jārod pretlīdzeklis.
34. Tādām domām kā vardarbība u.c., kurām (cilvēks ir) darītājs, kūdītājs vai līdzzinātājs, pirmssākumi ir alkātība, dusmas un maldi; un (vienalga, vai tās ir) vājas, vidusmēra vai pārmērīgas, sekas ir bezgalīgas ciešanas un nezināšana; tāpat ir jārod pretlīdzeklis.

35. Nostiprinoties **nevardarbībā**, viņa klātbūtnē naidīgums tiek atmests.
36. Nostiprinoties **patiesīgumā**, darbības augļi tiek nodrošināti.
37. Nostiprinoties **nezagšanā**, visi dārgumi pietuvojas.
38. Nostiprinoties **askētiskā tiklībā**, vīrišķība tiek iegūta.
39. Balstoties **nesavtīgumā**, pilnībā tiek izprasta dzīves jēga.
40. No **šķīstīšanās** (rodas) nepatika pret saviem locekļiem, nav (miesiskas) saskarsmes ar citiem...
41. ... kā arī (rodas) gara tīrība, labs prāts, nedalīta uzmanība, uzvara pār jutekļiem, spēja ieraudzīt sevi.
42. No **pieticības** tiek gūta visaugstākā laime.
43. Ar **askēzi** sadedzinot netīrību, (rodas) ķermeņa un jutekļu virsspējas.
44. **Mācoties svētos rakstus**, (notiek) saskarsme ar loloto dievību.
45. **Pielūdzot dievu**, saplūsme (kļūst) pilnīga.
46. Poza ir stabila un patīkama...,
47. ...ja centieni atslābst un (ir) savienošanās ar bezgalīgo.
48. Tad vairs pretmeti netraucē.
49. Esot šajā (stāvoklī), ieelpas un izelpas gaitas pārtraukšana ir elpas kontrole.
50. (Elpas kontrole ir) ārēja, iekšēja un aizmūrēta kustība, (elpas) novērošana saskaņā ar vietu, laiku un skaitu, (un tā ir) ilgtoša un smalka.
51. Iekšējo un ārējo objektu atmešana ir ceturtais (elpas kontroles veids).
52. Tad izzūd gaismas aizsegs...,
53. ... un prāts spēj koncentrēties (meditācijai un saplūsmei).
54. Jutekļu atturība ir gluži kā prāta īstās dabas atdarināšana, nepieskaroties saviem objektiem.
55. Tad (ir) pilnīga jutekļu pakļaušanās.

3.nodaļa – Vibhūti (neparastās spējas)²

1. Koncentrēšanās ir prāta piesaiste (vienā) vietā.
2. Meditācija ir tur (esošā) uztveres vienmērība.
3. Tieši tā ir saplūsme – tikai objekta atstarojums, it kā tukšs, bez paša veidola.
4. **Saliedēšanās (samjama)** ir trijotne vienuviet.
5. To paveicot, (rodas) gudrības gaisma.
6. Tās pielietojums ir (vairākās) pakāpēs.
7. Trijotne, pretstatā iepriekšējām (piecām) ir iekšējā sadaļa.
8. Bezskēlainajam (samādhi) pat tā ir ārējā sadaļa.
9. Pāreja uz norimšanu tas, ar ko prāts saistās norimšanas brīdī, (kad) apspiesti attīstīšanās nospiedumi un parādās norimšanas nospiedumi.
10. To izkopjot, (rodas) rāms plūdums.
11. Prāta pāreja uz saplūsmi (notiek), izbeidzot izklaidētību pa visurieni un vēršot uzmanību uz vienu.
12. Prāta pāreja uz vienpunktīgu uzmanību ir, kad tā atkal noklusušās un augošās domas ir vienlīdzīgas.
13. Līdz ar to tiek izskaidrotas matērijas, laika iezīmju un izpausmes veidu izmaiņas stihijās un jutekļos.
14. Izejviela pielāgojas noklusušajai, augošajai (vai vēl) nenoteiktajai matērijai.
15. Pārmaiņu atšķirīgumā cēlonis ir pakāpju atšķirīgums.
16. No saliedēšanās (samjama) ar trim pārejām (jogs) izzina pagājušo un vēl neatnākušo.
17. Vārdus, nozīmes un uzskatus citu citam piesaistot, (rodas) sajaukums; no saliedēšanās ar to izšķirību izzina visu būtņu skaņas.
18. No (karmas) nospiedumu tiešas uztveres (jogs) izzina iepriekšējās dzīves.
19. (Tieši uztverot citu) uzskatus, (jogs) izzina viņu domas;
20. Bet ne kopā ar to cēloņiem, jo tas nav viņa mērķis.
21. No saliedēšanās ar ķermeņa veidolu (ārējo redzamo formu), apturot spēju to uztvert un pārtraucot gaismas saikni ar (citu) acīm, tas izzūd.
22. Šādi var izskaidrot skaņu u.c. (maņu uztveres objektu) izžušanu.³
23. Ir iesākusies un vēl neizveidojusies karma; no saliedēšanās ar to vai no zīmēm izzina nāves brīdi.

² Norāda uz īpašām, pārdabiskām spējām, kas 'iziet ārā un pastāv ārpus' parastās eksistences.

³ Vjāsas komentārā, kā arī dažos citos tulkojumos un komentāros šīs sūtras nav.

24. Draudzīgumā un citās (labās īpašībās) ir spēki.
25. (Dažādos) spēkos ir ziloņa un citu spēki.
26. Smalko, apslēpto, attālo izzina, pielietojot intuīcijas gaismu.
27. Pasauli izzina no saliedēšanās saulē;
28. Zvaigzņu izvietojumu izzina (no saliedēšanās) mēnesī;
29. To gaitu izzina (no saliedēšanās) polārzuvaigznē;
30. Ķermeņa uzbūvi izzina (no saliedēšanās) nabas čakrā;
31. Slāpes un izsalkumu aptur (saliedējoties) rīkles dobumā;
32. Stabilitāte (rodas no saliedēšanās) bruņurupuča kanālā;
33. (Saliedējoties) galvvidus mirdzumā, redz pārdabisko;
34. Vai arī to visu (var nojaust) ar intuīciju.
35. Sirdī ir prāta izpratne.
36. Pieredze ārēja mērķa dēļ nedalīti uztver iedabu (sattvu) un patību (purušu), kas (Īstenībā) ir pilnīgi nesajauktas; patības zināšana (rodas) no saliedēšanās ar iekšējo mērķi.
37. Tādējādi dzimst intuitīvās (maņas) – sadzirdēšana, sajušana, saredzēšana, sagaršošana, saošana.
38. Šīs (maņas) saplūsmē ir šķēršļi, bet novirzē – virsspējas.
39. Piesaistes cēloni atslābinot un izjūtot plūsmu, prāts ieiet cita ķermenī.
40. Pārvaldot augšupejošo (enerģiju), nav saķeres ar ūdeņiem, purviem, ērkšķiem u.c. un (notiek) pacelšanās pāri (tiem).
41. Pārvaldot gremošanas enerģiju, (rodas) kvēle.
42. Saliedējoties dzirdes un ētera saiknē, (rodas) dievišķā dzirde.
43. Saliedējoties ķermeņa un ētera saiknē un pārvēršoties vieglās pūkās, (var) ceļot izplatījumā.
44. Ārēji neuztverama (apziņas) virmošana ir dzižā bezķermeniskā, tādējādi gaismu aizsedzošais tiek iznīcināts.
45. Saliedējoties ar raupjumu, sākotnējo dabu, smalkumu, kvalitāti un funkcijām, (var) pārvaldīt stihijas.
46. Tādējādi parādās atomizāšanās u.c. (virsspējas), ķermenis pilnīgojas, un (stihiju) izpausmes to neskar.
47. Ķermeņa pilnība ir skaistums, pievilcība, spēks un dimanta izturība.
48. Saliedējoties ar uztveri, sākotnējo dabu, pašapziņu, kvalitāti un funkcijām, (var) pārvaldīt jutekļus.
49. Tādējādi (rodas) domas ātrums, esība bez maņām un uzvara pār pirmcēloni.
50. Tikai tas, kurš izprot iedabas (sattva) un patības (puruša) atšķirību, pārvalda visas esības un zina visu.
51. Nepieķeroties pat arī (šiem stāvokļiem), tiek iznīcināta nepilnību sēkla, (un rodas) brīvība.
52. Kad augstākstāvošie uzaicina, jāizvairās no pieķeršanās un lepnuma, jo var atkal piesaistīt nevēlamo.
53. Saliedējoties ar mirkli un mirkļu secību, (var iegūt) izšķirtspējas radīta zināšana.
54. Tādējādi var pretstatīt divus līdzīgos, kas pēc dzimtas, iezīmēm un vietas nav nodalāmi kā atšķirīgi.
55. Izšķirtspējas radīta zināšana paceļ pāri, tā attiecas uz visām lietām, visos gadījumos un bez secīguma.
56. Kad iedabas un patības tīrība kļūst vienāda, tā ir brīvība.

4.nodaļa – Kaivalja (brīvība)

1. Virsspējas rodas no iedzimtā, augiem, mantrām, askētisma vai saplūsmes (samādhi).
2. Pāriešana citā dzimtā (notiek) dēļ ģenētiskās pārpilnības.
3. Darbību cēlonībai nav ietekme pār gēniem, tā tikai kā zemnieks atver aizsprostu.
4. Prāta veidojumi (rodas) tikai no pašapziņas.
5. Dažādās aktivitātēs prāts, kas ir viens, ietekmē daudzus.
6. Tur meditācijas radītais ir bez nolūkiem.
7. Jogas (praktizētāja) karma nav ne balta, ne melna, bet citu karma ir trejāda.
8. Tādējādi izpaužas **tieksmes**, kas patiešām ir nobriedušas un kas ir saskaņā ar (agrāko darbu) raksturu.
9. Tās secīgi turpinās, pat arī ar pārtraukumiem laikā, vietā un dzimtā, jo atmiņas un iespaidi apvienojas veidoliskumā.
10. Tām nav sākuma (un beigu), jo vēlme dzīvot ir mūžīga.

11. Tās ir atkarīgas no cēloņa, rezultāta, uzkrājuma un atbalsta un nepastāv, ja to nav.
12. Pagājušais un vēl neatnākušais ir paša veidojums, jo (pastāv) dažādi rīcību veidi.
13. Tie ir uztverami vai smalki īpašību kodoli.
14. Dēļ izmaiņu vienreizīguma lietas ir tādas, kā tās ir.
15. Tādēļ, ka viena un tā pati lieta prātā (tiek uztverta) dažādi, abiem ir atšķirīgi ceļi.
16. Bet, ja lieta nav piesaistīta konkrētam prātam, tad tā ir nenosakāma. Kas tad būtu?⁴
17. Lieta ir zināma vai nezināma, atkarībā no tā, vai tā ietekmē prātu.
18. Prāta virtojumi ir apzināmi, jo tā pavēlnieka būtība ir nemainīga.
19. Kas ir uztveres objekts, tas nav pašizgaismojošs.
20. Bet šie abi (subjekts un objekts) nav uzturami vienlaicīgi.
21. Prātiem citam citu uztverot, izpratņu izpratnes savirknētos un atmiņas sajauktos.
22. Saprāts, kas neveido pieņēmumus, nonākot pašizpratnes formā, to pilnībā izzina.
23. Prāts, ko iekrāso redzētājs un redzamais, (var sasniegt) visus mērķus.
24. Pat arī izraibināts ar neskaitāmām tieksmēm, tas pastāv cita dēļ, jo darbojas kā savienotājs.
25. Daudzveidību redzošajam individuālās esmes svarīgums izzūd.
26. Tad, iegrimis skaidrībā, prāts tiecas pretī brīvībai.
27. (Skaidrības) pārtraukumos iespaidu dēļ (rodas) dažādu veidu prātojumi.
28. To izskaušana ir tāda pati, kā bija teikts par sārņiem.
29. Tas, kurš netiecas pat pēc iznākuma, no skaidrības apjausmes pilnībā saplūst ar tikumu padebesi.
30. Tādējādi norimst raizes un rīcības.
31. Zināšanas, kurās izzuduši aizklājošie netīrumi, ir bezgalīgas, tāpēc izzināmā ir ļoti maz.
32. Tādējādi (trim) īpašībām, kuras piepildījušas savu mērķi, pārmaiņu procesi nobeidzas pilnībā.
33. Process ir mirkļa pretmets, kas tiek uztverts pārmaiņu pašās beigās.
34. Brīvība ir īpašību atgriešanās pirmatnējībā, kad tām vairs nav cilvēciskās esmes mērķu,⁵ vai arī tā ir savā būtībā stabila apziņas enerģija.

(tulkojums no sanskrita – Agita Baltgalve un Sanita Siliņa)

⁴ Šī 16.sūtra Vivekanandas un latviešu tulkojumā ir izlaista.

⁵ Komentāros teikts, ka ikdienišķa cilvēka mērķi ir četri:

- pienākumi (dharma)
- labklājība (artha)
- jutekļu apmierināšana (kāma)
- atbrīvošanās no pasaulīgā (mokša)