

INVOCAZIONE A PATANJALI

yogena cittasya padena vācām
malaṃ śarīrasya ca vaidyakena
yo 'pakarottaṃ pravarm munīnām
patañjaliṃ prāñjalirānato 'smi
ābāhu puruṣākāraṃ śankhacakrāsīdhārinam
sahasra śīrasaṃ śvetam pranamāmi patañjalim
śrimate anantāya nāgarājāya namo namah

TRADUZIONE

a colui che ci ha dato lo yoga per rimuovere le impurità della mente
la grammatica per la chiarezza del discorso
la medicina per purificare il corpo
al più nobile dei saggi, Patanjali, mi inchino
dalla parte superiore del corpo di forma umana
porta con sé una conchiglia, un disco, una spada
a Patanjali, dalle mille teste bianche, mi inchino
il venerabile, eterno serpente re dei Naga (esseri semi-divini) saluto
con reverenza

YOGA SUTRA - SAMADHI PADA - SUTRA 1-12

atha samādhīpādah

1. atha yogānuśāsanam
2. yogaścittavṛttinirodhah
3. tadā draṣṭuh svarūpe 'vasthānam
4. vṛttisārūpyamitaratra
5. vṛttayah pañcatayyah kliṣṭākliṣṭāh
6. pramānaviparyayavikalpanidrāsmrtayah
7. pratyakṣānumānāgamāh pramānāni
8. viparyayo mithyājñānamatadrūpapraṭiṣṭham
9. śabdajñānānupātī vastuśūnyo vikalpah
10. abhāvapratyayālambanā tamovṛttirnidrā
11. anubhūtaviṣayāsampramoṣah smrtih
12. abhyāsavairagyābhyām tannirodhah
13. tatra sthitau yatno 'bhyāsaḥ
14. sa tu dīrghakālanairantaryasatkārādarāsevito dṛḍhabhūmiḥ
15. dṛṣṭānuśravikaviṣayavitṛṣṇasya vaśikārasamjñāvairāgyam
16. tatparamṇ puruṣakhyāterguṇavaitṛṣṇyam
17. vitarkavicārānandāsmītārūpānugamātsamprajñātaḥ
18. virāma pratyayābhyāsapūrvah saṃskāraśeṣo 'nyaḥ

TRADUZIONE

Ora, il Pada (capitolo) sul Samadhi

1. Ora, la spiegazione riguardo lo yoga.
2. Yoga è l'arresto delle modificazioni della mente.
3. Allora colui che vede (il Sé) si stabilisce nella sua propria forma.
4. Altrimenti egli si identifica con le modificazioni della mente.
5. Le modificazioni della mente sono di cinque tipi e possono essere dolorose o non dolorose
6. Le cinque modificazioni della mente sono la conoscenza veritiera, la conoscenza erronea, l'immaginazione, il sonno profondo e la memoria.
7. La conoscenza veritiera deriva da percezione diretta, inferenza oppure testimonianza autorevole.
8. L'errore si manifesta quando la conoscenza di un oggetto non è basata sulla sua forma reale.
9. La modificazione chiamata "vikalpa" (immaginazione) si fonda sulla conoscenza verbale di un oggetto che non esiste.
10. Il sonno profondo è la modificazione della mente in condizione di inerzia basata sull'assenza di contenuto.
11. La memoria avviene quando gli oggetti percepiti non vengono dimenticati ma sono riportati alla coscienza.
12. Le modificazioni della mente possono essere arrestate attraverso la pratica e il distacco.
13. "Pratica" è lo sforzo rivolto ad acquisire uno stato mentale stabile.

14. La pratica coltivata per un lungo periodo senza interruzioni e con devozione diventa un solido fondamento.
15. Quando la mente abbandona ogni desiderio verso gli oggetti che ha visto o di cui ha sentito parlare acquisisce uno stato di completo distacco.
16. L'indifferenza nei confronti dei guna (principi che costituiscono la natura) ottenuta grazie alla conoscenza del Sé è la forma suprema di distacco.
17. Quando la concentrazione è raggiunta grazie a ragionamento, riflessione, beatitudine e puro senso dell'io è chiamata samprajnatha-samadhi (Samadhi con distinzione).
18. Asamprajnata-samadhi (Samadhi senza distinzione) è l'altro tipo di concentrazione, che sorge grazie alla costante pratica della completa cessazione delle fluttuazioni della mente, in cui restano solo le impressioni latenti.