

PATANJALI

Cuenta la leyenda ...que antes de nacer en la tierra, el Sabio Patanjali era *Adi Sesa* o *Ananta*, la serpiente de Vishnú, quien reencarnó como ser humano. Es por ello que en las imágenes de Patanjali que solemos encontrar, éste usualmente tiene cuerpo de serpiente.



La historia cuenta que cierto día, el Dios Vishnú quedó extasiado por la danza cósmica del Señor Shiva Nataraj ("Rey de la danza", nombre que recibe el Dios Shiva cuando baila), sintiendo tanto placer y felicidad que comenzó a temblar. La serpiente Ananta (que es la pitón que sostiene a Vishnú), notó el temblor de Vishnú y le preguntó a éste qué había sucedido. Vishnú le respondió que la danza del Señor Shivá Nataraj le había provocado tanta felicidad y placer, que experimentó el Samadhi. Entonces la serpiente Ananta, le pidió que le permitiera encarnar como hombre para poder experimentar él también el *samadhi*.

El Señor Vishnú conmovido por el deseo de Ananta, le contó lo sucedido al señor Shivá Nataraj y le pidió que lo ayude. Éste le otorgó a Ananta la gracia de encarnar como ser humano en *Kamaloka* (el planeta Tierra, o "mundo del deseo", *kama*: "deseo" y *loka*: "mundo"). Para ello, nacería del vientre de su esposa Párvati, quien a su vez, encarnaría en la Tierra como Gonika (la futura madre de Patanjali)

Ya en su encarnación en la tierra, Gonika (la madre de Patanjali) era una devota tántrica, y siempre le imploraba al Señor Shiva le concediera un hijo Yogui. Un día mientras Gonika oraba en el río, Surya (el Dios del Sol) escuchó su oración y llamó al Señor Shiva para que intercediera por ella. La historia cuenta que entre las manos en gesto de oración de Gonika, apareció una pequeña serpiente (Ananta) que se convirtió inmediatamente en un bebé, que recibiría el nombre de "*Patanjali*", el cual significa: "Caído en mis manos en gesto de Oración" (*Pat*: "caído del cielo" y *Anjali*: "Manos en postura de oración, ruego o plegaria") Se cree que el Sabio Patanjali aprendió todo sobre el yoga en el vientre de su madre. Esto es posible en la tradición del yoga, ya que ésta cuenta que en el inicio de los tiempos, el Yoga fue revelado por primera vez, por el Señor Shiva a su esposa Parvati. Mientras se impartían éstas enseñanzas a la orilla del mar, un delfín sacó la cabeza y escuchó todo, éste fue conocido posteriormente como *Matsyendra* y se transformó en el primer Yogui.

De modo que Parvati la esposa de Shiva, fue la primera en recibir las enseñanzas del Yoga. Al encarnar como Gonika, *Patanjali* su hijo, nació conociendo el Yoga intuitivamente por obra de su madre, desde el vientre materno.

YOGA SUTRAS DE PATANYALI

Introducción

Aunque virtualmente nada se sabe de la vida del sabio y filósofo hindú Patanjali, el texto atribuido a él, el Yoga Sutra, es el trabajo más significativo de la filosofía yoga. La fecha de composición del texto también es desconocida, aunque se cree que ha sido escrito entre el 200 a.C. y el 300 d.C. La palabra sánscrita "sutra" significa aforismo, así que el título del texto, es a veces traducido como Aforismos de Yoga de Patanjali.

Los cuatro capítulos o Libros (padas) del Yoga-Sutra constan en total de 195 aforismos. A causa de la brevedad de los sutras, estos, a menudo, requieren de comentarios o análisis.

Parte I: Samadhi Pada

(Sobre la Unidad Consciente)

1- ATHA YOGA ANUSHASANAM.

En sentido literal Yoga significa "unión" del pensamiento con las emociones, las sensaciones y el cuerpo físico. De la personalidad con el Ser interior y de la individualidad con el Todo en el Aquí y Ahora del eterno Presente.

2- YOGA CHITTA VRITTI NIRODAH.

Cuando cesa la agitación de la Mente (pensamientos, emociones y sensaciones fluctuantes) surge el estado real del "YOGA."

3-TADA-DARSHTU-SWARUPE-VASHTANAM

Entonces "QUIEN VE" queda establecido en su Naturaleza Original.

4- avidya ksetram uttaresam prasupta-tanu-vicchina-udaranamavidya ksetram uttaresam prasupta-tanu-vicchina-udaranamavidya ksetram uttaresam prasupta-tanu-vicchina-udaranam.

La ignorancia es el origen de los otros, ya sea latente, atenuada, interrumpido, o en plena actividad. En los otros estados hay identificación con las fluctuaciones mentales (Vrittis)

5- vrtti-sarupyam itarata .

Las principales fluctuaciones mentales (Vrittis) son cinco; las cuales se pueden dividir en dolorosas y no dolorosas.

6- pramana-viparyaya-vikalpa-nidra-smrtayah .

Estas cinco principales fluctuaciones mentales (Vrittis) son: Conocimiento correcto, conocimiento errado, Imaginación, Sueño y Memoria.

7- pratyaksa-anumana-agamah pramnani .

El conocimiento correcto proviene de las siguientes fuentes: Percepción directa, deducción o inferencia y testimonio o revelación.

8- viparyayo mithya-jñanam atad rupa-pratistham viparyayo mithya-jñanam atad rupa-pratistham viparyayo mithya-jñanam atad rupa-pratistham .

El conocimiento errado es una concepción falsa de una idea o un objeto cuya naturaleza real no se corresponde a ese concepto.

9- sabda-jnananupati vastu-Sunyo vikalpāḥ .

Seguir el conocimiento a través de la palabras pero sin el objeto es imaginación o fantasía.

10- abhava-pratyaya-alambana vrtti nidra.

El sueño (profundo sin sueños) es aquella fluctuación de la mente que implica una ausencia de contenido.

11- anubhuta-visaya-asampramosah smṛtiḥ .

La memoria es retener en la mente las impresiones captadas de los objetos percibidos y las experiencias vividas.

12- abhyasa-vairagyabhyam tan nirodha.

El cese de las fluctuaciones de la mente se logra a través de ABHYASA y VAIRAGHYA (La Práctica Regular y el Desapego)

13- tatra sthitau yatno'bhyasah.

ABHYASA debe convertirse en un hábito que hay que establecer con empeño.

14- sa tu dirgha-kala-nairantarya-satkara-asevito drdha-bhūmiḥ sah.

ABHYASA queda establecida firmemente cuando es practicada por largo tiempo, con regularidad, persistencia y dedicación.

15- dr̥ṣṭa-anusravika-visaya-vitrsnasya vasikara-Samjna vairagyam.

Cuando una persona cesa en el deseo de los objetos percibidos, de los eventos experimentados o de aquello que ha escuchado se llama VAIRAGHYA.

16- param tat purusa-khyater buna-vaitrsnyam param tat purusa-khyater buna-vaitrsnyam param tat purusa-khyater buna-vaitrsnyam .

El (nivel) más elevado es el que está libre del deseo de las GUNAS, con relación al verdadero conocimiento de PURUSHA.

17- virtaka-vicara-ananda-Asmita-anugamat-samprajnatah.

SAMPRAJNATA YOGA es la asociación con el razonamiento, la reflexión, la alegría y el sentido de la individualidad, respectivamente.

18- viram-pratyaya-abhyasa-purvah samskara-seso'nyah.

El otro SAMADHI (ASAMPRAJNATA) es precedido por el estudio continuo de Desidentificarse del contenido de la mente. En él solo quedan indicios de la mente.

19- bhava-pratyayo videha-prakrti-layanam

Los yoguis no encarnados y los fusionados en PRAKRITI, nacen debido a asamprajnata Samadhi. (Esto es Bhavapratayaya Asamprajnata Samadhi).

20- sraddha-virya-smṛti-samadhi-prajna-purvaka itaresam

Otros, (distintos de los no-encarnados y fusionados en prakriti) obtienen asamprajnata samadhi a través de los pasos de la fe, la fuerza de voluntad, la memoria y la inteligencia derivados de samprajnata samadhi, respectivamente.

21- tivra-samveganam asannah

Aquellos que lo anhelan intensamente, obtienen asamprajnata samadhi muy pronto.

22- mrdu-madhyā-adhimatratvat tato'pi viśeṣaḥ

Asamprajnata samadhi puede ser obtenido antes, con el anhelo que surge de las condiciones leves, medianas y extremadamente fuertes.

23- isvara-pranidhanad va

O por devoción a Dios (puede ser obtenido asamprajnata samadhi).

24- klesa-karma-vipakasayair aparamrstah puru-visesa isvarah

Dios es un Ser muy especial intacto de aflicciones, de actos y de indicios de Karma y sus resultados.

25- tatra niratisayam sarva-jna-bijam

En Dios reside la semilla de la Omnisciencia Infinita.

26- pūrveṣāṃ api Guruh kalena anavacchedat

Quién, al no ser limitado por el tiempo, es el Maestro de los primeros Maestros.

27- tasya vacakah pranavah

"OM " (pronunciado A_U_M) es la palabra que denota a Dios.

28- taj japas poco artha-bhavanam

La palabra OM debe ser recitada repetidamente, mientras se piensa en su significado.

29- tatah pratyak-cetana-adhigamo'py-Antaraya-abhavas-ca

Con esta práctica la Conciencia se repliega hacia adentro y los obstáculos en la meditación son superados.

**30- vyadhi-styana-samsaya-pramada-alasya-avirati-bhranti- darsana-
alabdha-bhumikatva-anavasthitatvani citta-viksepa te'ntarayah**

Los obstáculos son: La enfermedad, la estupidez, la duda, la postergación, la pereza, el deseo, la percepción errónea, la incapacidad de mejorar y la inestabilidad.

**31- dukkha-daurmanasya-angam ejayatva-svasa-prasvasa viksepa -
sahabhava**

Los síntomas que acompañan a la distracción mental son: El dolor, la depresión, el temblor del cuerpo y la respiración arrítmica.

32- pratishedha tat-artham eka-tattva-abhyasa

Para removerlos (a los obstáculos y síntomas que los acompañan), se debe practicar la concentración en un solo principio.

**33- maitri-karuna-mudita- upeksanam sukhha-dukkha-punya-apunya-
visayanam bhavanatas citta prasadanam**

La mente se purifica y torna pacífica, cuando en relación con la felicidad, la miseria, la virtud y el vicio; se cultivan las actitudes de amistad, compasión, agradecimiento e indiferencia respectivamente.

34- pracchardana-vidharanabhyam va pranasya

O (uno puede controlar la mente) por la exhalación y retención de la respiración.

35- visaya-vati va pravrttir utpanna manasah sthiti-nibandani

O sino, la mente puede ser estabilizada guiándola a la estabilidad de la experiencia

sensitiva.

36- visoka va jyotismati

O el estado luminoso que está mas allá del sufrimiento (puede controlar la mente)

37- vita-raga-viṣayam va cittam

O también,(la mente puede ser controlado)concentrándola en personas que han renunciado a las pasiones humanas.

38- svapna-nidra-jnana-alambanam va

O también (la mente puede estabilizarse) dándole el apoyo del conocimiento de los sueños y el dormir.

39- yatha abhimata-dhyanad-va

O por meditación según se desee.

40- parama-anu-parama-mahattva-anto'sya vasikarah

Entonces el yogui obtiene el dominio sobre todos los objetos de meditación, desde el más pequeño hasta el infinitamente inmenso.

41- ksina-vrtter abhijatasya-iva maner grahitr-grahana grahyesu-tat-sth-tad-anjanata samapattih

Samapatti es un estado de completa absorción de la mente, que está libre de Vrittis en (los tres tipos de objetos como) observador, observado y los sentidos, tal como un cristal pulido toma el color de aquello sobre lo que está apoyado.

42- tatra sabda-artha-jnana-vikalpaih samkirna savitarka sama pattih

En este estado (de samadhi),tomando en cuenta las alternancias conscientes entre palabra, conocimiento verdadero (o sabiduría correcta) y percepción sensible, el estado mental confuso se denomina savikarta sanapatti.

43- smrti parisuddhau sva-rupa-sunya-iva-artha-matra-nirbhasa nirvitarka

Nirvitarka se produce después de la clarificación de la memoria, cuando la mente está desprovista de su propia percepción y sólo brilla por dentro el conocimiento verdadero del objetivo.

44- etayaiva savicara nirvicara ca süksma-visaya vyakhyata

Solamente con esta explicación, savichara samadhi, nirvichara samadhi y estados más sutiles de samadhi han sido explicados.

45- süksma-visayatvam ca aliinga-paryavasanam

Los estados de samadhi con respecto a objetivos más sutiles ascienden hasta prakriti.

46- ta eva sabijah samadhi

Aquellos (estados que han sido explicados anteriormente) son solo samadhi con semilla.

47- nirvicara-vaisaradye'dhyatama-prasadh

Después de volverse absolutamente perfecto en nirvichara samadhi la luz espiritual amanece.

48- rtam bhara tatra prajna

Alli, (en los límites de nirvichara samadhi) la superconciencia se nutre de la experiencia cósmica.

49- sruta-anumana-prajñabhyam anya-visaya visesa-arthatvat

Este conocimiento es diferente del conocimiento adquirido a través del testimonio y la inferencia, porque tiene un objetivo especial.

50-taj-jah samskaro'nya-samskara-pratibandhi

A medida que esta cualidad mental de reciente adquisición se va reafirmando gradualmente, domina las otras tendencias mentales basadas en la comprensión defectuosa.

51- tasya api nirodhe sarva-nirodhan nirbijah samadhih

La mente alcanza un estado en el que no hay impresión de ninguna clase. Es abierta, límpida, simplemente transparente.

Parte II: Sadhana Pada

(Sobre la práctica)

1- toque ah-svadyaya -isvara-pranidhanani kriya-yoga

Tapas, swadhyaya e Ishwara pranidhana constituyen el yoga práctico y kriya yoga. La Práctica del Yoga debe reducir las impurezas, Tanto Físicas Como mentales. Debe desarrollar la Capacidad de examinarnos a Nosotros Mismos y debe ayudarnos a comprender que, al fin y al cabo, no somos los dueños de todo lo que hacemos.

2- samadhi-bhavana-arthas klesa-tanu-karana-Arthas ca

Kriya yoga se practica para desarrollar la conciencia de samadhi y con el propósito de reducir la causa de las aflicciones.

3- avidya- Asmita-raga-dvesa-abhinivesa avidya-Asmita-raga-dvesa-abhinivesa avidya-Asmita-raga-dvesa-abhinivesa

Las causas del dolor son la ignorancia, el sentimiento del yo o ego, los gustos, los disgustos y el miedo a la muerte.

4- avidya ksetram uttaresam prasupta-tanu-vicchina-udaranam

Avidya es el área de acción de los kleyas consecuentes, en el estado latente, reducido, disperso o expandido.

5- anitya-asuci-duhkha-anatmasu-nitya-suci-sukha- atma-khyatir avidya

Avidya (ignorancia) es equivocar lo percedero o no eterno, impuro, malo y sustancioso, por lo eterno, puro, bueno y atman (o sustancia) respectivamente.

6- drg-darsana-saktyor eka atmata iva asmitā

Asmita es la identidad como si fuera purusha con el buddhi.

7- sukha-anuśayī ragah

Raga es el placer que acompaña al gusto.

8- duhkha-anuśayī ragah

Dwesha es el dolor que acompaña a la repulsión. Las aversiones irracionales Suelen Ser el Resultado de Experiencias penosas sufridas en el Pasado, ligadas a Situaciones Objetos y Concretos.

9- svarasa-vahi viduso 'pi tatha rudho' bhinivesa

Abhinivesha es el deseo de vida auto-sostenida que domina todo, aún lo aprendido.

10- pratiprasava te-heya suksmah

Estos kleshas pueden ser reducidos por involución cuando son sutiles.

11- dhyana-heyas tad-vṛttayah

Las modificaciones de los kleshas pueden ser reducidas a través de la meditación.

12- klesa-mulah karma-asayo dr̥ṣṭa-adr̥ṣṭa-janma-vedaniyah

La acumulación de karmas, que es la principal causa de las aflicciones, se experimenta en los nacimientos presentes y futuros.

13- sati mula tad-vipako Jaty-Ayur-bhogah

Mientras la causa principal de karmashaya permanezca, madura y da nacimiento, genera un lapso de vida y experiencia.

14- hlada te-paritapa-phala punya-apunya-hetutvat

Estos frutos tienen felicidad y pena dependiendo de los méritos y deméritos.

15- parinam-tapa- samskara-dukhair guna-vṛtti-virodhac ca dukkham eva sarvam vivekinah

En el caso de aquel que tiene discernimiento (viveka) todo es doloroso, por el dolor producido por el cambio, el sufrimiento agudo, los samskaras y, por oposición, también debido a las gunas u Vrittis.

16- E heyam dukkham anagatam

l sufrimiento que aún no ha llegado debe ser evitado.

17- drastr-drsyayoh samyoga heya-hetuh

La unión entre el observador y lo observado es la causa de ella (que debe ser evitado).

18- prakasa-kriya-sthiti-silam-bhuta-indriya-ātmakam bhoga- aparvargartham dr̥ṣyam

El observado (drishya) tiene las propiedades de luz, actividad y estabilidad; es de la naturaleza de los elementos y de los órganos sensitivos, y tiene como objetivos la experiencia y la liberación.

19- vishesa-avishesa-linga-matra-alingani guna-Parvani.

Vishesa, avishesa, lingamatra y alinga son las etapas de las gunas.

20- drastr dr̥ṣi-matrahā suddho'pi pratyaya-anupasyah

El observador es solo conciencia pura, pero a pesar de su pureza, parece observar a través del concepto mental.

21- tad-artha eva dr̥ṣyaya atma

Prakriti solo existe con motivo de purusha.

22- kṛtaa-artham prati nastam apy anastam poco anya-sadharanatva

Para aquel cuyo propósito se cumple, lo observado se vuelve inexistente, pero para otros no es destruido porque el conocimiento es común a todos.

23- sva-svami-śaktyoḥ sva-rupa-upalabdhi-hetuh samyogah

La causa de la unión de purusha y prakriti es experimentar la naturaleza esencial, y lograr en sí mismos los poderes de purusha y prakriti.

24- tasya hetur avidya

La falta de claridad en la distinción entre lo que percibe y lo que es percibido se debe al cúmulo de Comprensión defectuosa. La causa de ello es la ignorancia. La causa de unión es avidya.

25- tad-abhāvāt samyoga-abhavo hanam tad-drseh kaivalyam

La unión (entre purusha y prakriti) desaparece por la ausencia de avidya. Esto es hana (eludir), denominado liberación del purusha.

26- viveka-khyatir aviplaya hanopayah

La conciencia de lo real, sin fluctuaciones, es el medio para eludir hana.

27- tasya saptadha pranta-bhūmiḥ prajna

Hay siete etapas de iluminación para ese purusha.

28- yoga-anga-anusthanad asuddhi-kṣaye jnana-diptir un viveka-kyateh

A través de la práctica de las distintas partes del yoga, la impureza disminuye hasta que el aumento del conocimiento espiritual culmina en la conciencia de la realidad.

29- yama-niyama, asana, pranayama, pratyahara, dharana, dhyana-samadhyo stav-angani

Las auto-limitaciones, reglas fijadas, posturas, control de la respiración, retracción de los sentidos, concentración, meditación y samadhi constituyen las ocho partes de la disciplina yoga.

30- ahimsa, satya-asteya-brahmacarya-aparigraha Yamah

La no-violencia, la verdad, la honestidad, la abstinencia sexual y la no-posesividad son las cinco auto-limitaciones.

31- jati-desa- kala-samaya-anavacchinnah sarva-bhauma mahavratam

Cuando se practica universalmente, sin excepción, independientemente de las circunstancias de nacimiento, lugar y hora, éstos (los yamas) devienen en la gran disciplina.

32- sasuca-santosha-tapah-svadyaya-isvara-pranidhanani Niyamah

La limpieza, el contentamiento, la austeridad, el auto conocimiento y la entrega a Dios constituyen las reglas fijas.

33- vitarka-badhane pratipaksa-bhavanam

Cuando la mente es perturbada por las pasiones, uno debe practicar reflexionado acerca de los opuestos.

34- vitarka himsa-Adayah Krta-Karita-anumodita lobha-krodha-moha-purvaka mrdu-madhya-adhimatra dukkha-ajñana-ananta-phala iti pratipaksa-bhavanam

Los pensamientos malos como violencia y otros; ya sean pensados por uno mismo, a través de otros, o aprobados, son causados por la codicia, la ira y la confusión.

Pueden ser leves, medianos o intensos. Pratipaksha bhavana es pensar lo opuesto a estos pensamientos.

35- ahimsa-pratistayam tat-samnidhau vira-tyagah

Estando firmemente establecido en ahimsa, hay abandono de la hostilidad en su cercanía.

36- satya-pratisthyam kriya-phala-asrayatvam

Siendo firmemente establecido en la verdad, las acciones resultan en frutos, dependiendo enteramente de ella.

37- *asteya-pratisthyam sarva-ratna-upasthanam*

Siendo firmemente establecido en la honestidad, todas las gemas se presentan.

38- *brahmacharya-pratisthayam virya-labhah*

Siendo firmemente establecido en brahmacharya, se obtiene virya.

39- *aparigraha-sthairye janma-kathamta sambodhah*

Permaneciendo estable en la no-posesividad, surge el conocimiento del cómo y de dónde proviene el nacimiento.

40- *saucata sva-anga-jugupsa parair asamsargah*

De la limpieza proviene la indiferencia hacia el cuerpo y el no apego a los demás.

41- *sattva-suddhi-saumanasya-eka-agrya-indriya-jaya-atma-darsana-yogyatvani ca*

Con la práctica de la pureza mental uno adquiere aptitud para la alegría, fijar un único objetivo, el control de los sentidos y la visión del propio ser.

42- *santosad anuttamah sukha-labhah*

La felicidad sin excesos surge de la práctica del contentamiento.

43- *kaya-indriya-siddhir asuddhi-kṣayāt tapaza*

Practicando austeridad, las impurezas se destruyen y surge la perfección en el cuerpo y los órganos sensitivos.

44- *svadhyayad ista-devata-samprayogah*

La unión con la deidad deseada se produce a través de la auto-observación.

45- *ahimsa-pratistayam tat-samnidhau vira-tyagah*

Venerar a Dios proporciona la capacidad de comprender completamente cualquier Objeto que se elija. El éxito en el trance proviene de la completa resignación a Dios.

46- *sthira-sukham asanam*

La postura debe ser firme y comfortable.

47- *prayatna-saithiya-ananta-samapattibhyam*

Superando los esfuerzos y a través de la meditación sobre la serpiente ananda, se obtiene dominio de asana.

48- *tato dvandva-anabhighatah*

Entonces, los pares de opuestos dejan de tener impacto.

49- *tasmin sati svasa-prasvasayor gati-viccedah pranayamah*

Habiendo sido efectuada asana, pranayama es la cesación del movimiento de inhalación y exhalación.

50- *baha-abhyantara-stambha- vrttir desa-kala-samkhyabhih paridrsto dirgha-sukmah*

Pranayama es externa, interna o suprimida, regulada por el lugar, la hora y la cantidad; y se torna prolongada y sutil.

51- *bahya-abhyantara-visaya-aksepi caturthah*

El cuarto pranayama es aquel que trasciende el objeto interno y externo.

52- *tath ksyate prakasa-avaranam*

Por lo tanto lo que cubre la luz desaparece.

53- dharanasu ca yogyatamanasah

Y la preparación de la mente para concentración (se desarrolla a través de pranayama).

54- sva-visaya-asamprayoge cittasya sva-rupa-anukara iva indriyāṇām pratyaharah .

Pratyahara es la retracción de la mente de la actividad sensorial, que los sentidos imitan.

55- tath parama vasyata indriyanam

Por lo tanto, a través de pratyahara existe la más elevada maestría sobre los órganos sensoriales.

Parte III: El Vibhuti Pada

(Sobre la realización)

1- desa-bandhas cittasya dharana

La concentración es atar la mente a un lugar.

2- tatra pratyaya-eka-Tanata dhyanam

Dhyana es el flujo ininterrumpido del contenido de la conciencia.

3- tad eva-artha-matra-nirbhasam svarupa-sunyam iva samadhih

Ese estado se torna samadhi cuando aparece sólo el objeto, sin conciencia del propio ser.

4- trayam ekatra samyamah

Los tres juntos (dharana, dhyana y samadhi) constituyen samyama.

5- tad-jayat prajna alokah

Dominando el samyama, amanece la luz de la conciencia elevada.

6- tasya bhūmisu vinyogah

Eso (la luz de la conciencia elevada) debe ser aplicada a diferentes estados sutiles de la conciencia.

7- trayam-antar-angam purvebhyah

Los tres juntos son más sutiles con relación a los anteriores.

8- tad api bahir-angam nirbijasya

Esos (los tres estados o trinidad) son menos sutiles que nirbeeja samadhi.

9- vyutthana-nirodha-samskarayor abhibhava-pradurbhavau nirodha-kshana-citta-anvayo nirodha-parinamah

Nirodha parinama es el estado de transformación de la mente que penetra en el momento de la supresión, y que aparece y desaparece entre los samskaras entrantes y salientes.

10- tasya prasanta vahita samskarat

El flujo se vuelve tranquilo por la impresión de la repetición.

11- sarva-arthata-ekagratayoh ksaya-udayau cittasya samadhi-parinamah.

Samadhi parinama es la desaparición y aparición de la distracción y el objetivo fijo de la mente.

12- tatah punah santa-uditau tulya-pratyayau cittasya-ekagrata-parinamah.

Entonces otra vez, cuando los objetos que se atenúan y aparecen son similares, se denomina transformación de un solo objetivo de la mente.

13- etena bhuta-indiyesu dharma-Lasana-avastha -parinama vya khyatah .

Con estos tres prarinamas se explica la naturaleza, el carácter y la condición en los elementos y los órganos sensitivos.

14- santa-udita-avyapadesya-dharma- anupati-dharmit

El dharma es común en todas las propiedades latentes, activas o no manifestadas.

15- krama-anyatvam parinama-anyatve hetuh

La diferencia en el proceso de desarrollo es la causa de la transformación.

16- parinama -Traya-samyamad atita-anagata-jñanam

El conocimiento del pasado y del futuro surge ejerciendo samyana sobre las tres transformaciones.

17- sabda-artha-pratyayanam itara-itara adhyasat samskaras tat pravibhaga-samyamat sarva-bhuta-ruta-jñanam

La palabra, el objeto y el contenido mental son confusos por la superposición mutua. Ejerciendo samyama sobre cada uno de ellos por separado, surge el conocimiento del lenguaje de todos los seres.

18- samskara-saksat karanat Purva-jati-jñanam

El conocimiento del nacimientos previos surge por la percepción de las impresiones.

19- pratyasya para-citta-jñanam

El conocimiento de otras mentes surge ejerciendo samyana sobre los pratyayas.

20- na ca tat salambanam tasya avisayi bhutatvat

Pero el conocimiento de eso (otros factores mentales)no se obtiene, son el apoyo de la imagen mental, porque ese no es objeto de samyana.

21- kaya-rupasamyamat poco grahya-sakti-stambhe cakṣuḥ prakasa-asamyoge antardhanam.

Ejerciendo samyana en la forma del cuerpo y suspendiendo la receptividad de la forma, sin contacto entre el ojo y la luz, el yogui puede volverse invisible.

22- sopakramam nirupakramam ca karman poco samyamat Aparanta-jñanam aristebhyahva

Por lo antedicho, la desaparición del sonido y otros tanmantras pueden ser entendidos.

23-maitri adisu Balani

El karma es de dos tipos, activo y latente. Ejerciendo samyana sobre ellos se obtiene el conocimiento de la muerte, también por presagio.

24- balesu hasti-bala-Adini

A través de samyana sobre la fuerza de un elefante etc. se desarrolla la correspondiente fuerza.

25- pravritti-Aloka-nyasat süksma-vyahahita-viprakrsta-jñanam

El conocimiento de los objetos sutiles, oscuros o distantes, se obtiene dilatando la luz de la facultad superfísica.

26- bhuvana-jñanam surye samyamat

El conocimiento del sistema solar se obtiene efectuando samyama sobre la entrada solar del cuerpo.

27- candre tara-vyutha-Jnanam

Ejerciendo samyama sobre la entrada lunar del cuerpo, se obtiene el conocimiento de la posición de las estrellas.

28- dhruve tad gati-jñanam

Ejerciendo samyama sobre la estrella polar, se puede obtener el conocimiento del movimiento de las estrellas.

29- nābhicakre kāyavyūha-jñānam

Ejerciendo samyama en el centro del ombligo, manipura, se obtiene el conocimiento de la disposición del cuerpo.

30- kantha-kupe kṣut-Pipasa-nivrttih

Ejerciendo samyama sobre la garganta, el hambre y la sed retroceden.

31- kurma-nadyām sthairyam

La estabilidad, la calma y la firmeza, se adquiere a través de samyama sobre el kurma nadi.

32- mūrdha-jyotiṣi siddha-darsanam

Ejerciendo samyama sobre la luz de la corona de la cabeza (sahasara) se obtiene una visión espiritual de los maestros del yoga.

33- pratibhad va sarvam

O todo por virtud de pratibha (intelecto)

34- vhrdaye citta-samvit

A través de samyama sobre el corazón surge la percepción de la conciencia.

35- sattva-purusayor atyanta-asamkirnayoh pratyaya-avisesah bhogah para-arthatvat svartha-samyamat purusa-Jnanam

Chitta y purusha son extremadamente distintas. La experiencia objetiva o subjetiva es lo que las hace aparecer iguales. El conocimiento de purusha se obtiene por samyama sobre la conciencia subjetiva, aparte de la conciencia objetiva.

36- tatah pratibha-sravana-vedana-adarsa-asvada-vartah jayante tatah

De allí se procede el conocimiento trascendental de la audición, sensación, percepción, gusto y olfato.

37- te samādhau upasargah vyutthane siddhayah

Estos poderes psíquicos (mencionados en el sutra anterior) son obstáculos en samadhi, pero en el estado de conciencia del mundo son poderes psíquicos.

38- bandha-karana-saithilyat pracāra-samvedanat ca cittasya para-sarira-avesah.

Perdiendo la causa del encierro y por conocimiento del camino, el cuerpo sutil penetra el cuerpo de otra persona.

39- Udana-jayat jala-panka-Kantaka-adisu asangah ukrantis ca.
A través del dominio de udana no hay contacto con el agua, barro o espinas etc. y el cuerpo levita.

40- jvalanam samana-jayat
Por dominio del samyama el cuerpo resplandece.

41- srotva-akasayoh sambandha-samyamad divyam śrotram
Por samyama en la relación al oído y el espacio (hay) audición divina.

42- kaya-akasayoh sambandha-samyamat laghu-tula-samapatteh ca akasa-gamamam.
Por samyama el relación al cuerpo y akasha, y fusionando la mente con la suavidad del algodón, existe atravesar el espacio.

43- bahir akalita vrttir maha-vidaha tatah prakasa-avarana-ksaya.
En el estado de mahavideha son inconcebibles y están fuera del radio del cuerpo, en donde la cubierta de la luz es destruida.

44- sthula-svarupa- süksma-anvaya-arthavatta-samyamad bhuta-jayah
La maestría sobre los bhutas se obtiene por samyama sobre los estados burdos, sutiles e interpenetrantes y sobre el propósito de los bhutas.

45- samadhi-siddhir isvara-pranidhanat
De allí surge la aparición del anima (y otros poderes),la perfección del cuerpo y la no obstrucción de las funciones del cuerpo (fluye).

46- rupa-Lavaya-bala-vajra-samhanantvani kaya-sampat
La perfección del cuerpo físico incluye la belleza, la gracia, la engreí y la dureza.

47- grahana-svarupa-Asmita-anvaya- arthavattva-samyamid indriya-jaya
El dominio de los órganos sensitivos se obtiene por samyama sobre el poder de conocimiento, la naturaleza real, el egoísmo, toda interpretación y toda propósito.

48- tato mano-javitvam vikarana-bhava pradhana- Jayas ca
De allí siguen la velocidad de la mente, libertad de cualquier medio o instrumento, y la conquista de las limitaciones de prakriti.

49- sattva-purusa -anyata-khyati-mātrasya sarva-bhava-adhisthatrtvam sarva-jnatrtvam ca
Solo por conocimiento de la conciencia de la diferencia entre chitta y purusha sobreviene la supremacía sobre todos los estados y formas de la existencia y omnisciencia.

50- tad-vairagyad api dosa-bija-kṣaye kaivalyam
Por vairagya aún teniendo en cuenta eso(los poderes),la semilla del defecto es destruida y se obtiene kaivalya.

51- sthany-upanimantrane sanga-smaya-akaranam punar anista-prasangat
Habiendo sido invitado por los devatas no debe haber ni apego ni orgullo, por la posibilidad de que se renueve lo indeseado.

52- kshana-tat-kramayoh samyamad viveka-jam jñanam

A través de samyama en el momento y su orden de sucesión, nace el conocimiento de la realidad fundamental.

53- jati- laksana-Desair anyata anavacchedat tulyayoh tatah pratipattih
De allí proviene el conocimiento de dos objetos similares que no son distinguibles por tipo de nacimiento, características y posición, porque son indefinidos.

54- tarkam sarva-viśayam sarvatha viśayam akramam ca iti viveka-jam-jñanam.
El conocimiento trascendental incluye el conocimiento de todos los objetos mas allá de todos los órdenes de sucesión, y nace de viveka. Eso es todo.

55- sattva-puruṣayoḥ suddhi-sumye kaivalyam iti
Kaivalya se obtiene igualando y purificando la iluminación de purusha y chitta.

Parte IV: El Kaivalya (Sobre el Aislamiento)

1- janma-osadhi-mantra-tapah-samadhi-jah siddayah
Los siddhis provienen de nacimientos, hierbas, mantras, austeridad o samadhi.

2- jati-antara-parinama prakrty-apurat
La transformación de una sustancia en otra (o nacimiento) ocurre por el desborde de la potencialidad natural.

3- nimittam aprayokakam prakrtinam varana-bhedas tu tatah ksetrikavat
La causa instrumental no agita las diversas tendencias naturales sino que simplemente remueve los obstáculos como un granjero.

4- nirmana-cittani asmitā-MatRat
Las mentes creadas están libres solo de egoísmo.

5- pravritti-bhede prayojakam cittam ekam anekesam
La mente dirige las numerosas mentes (creadas) en conexión con las diferentes actividades.

6- tatra dhyana-jam anasayam
De ellas, la nacida de la meditación está libre de impresiones.

7- karma-asukla-akrsnam yoginas trividham itaresam
Las acciones de los yoguis no son ni blancas ni negras, de todos los demás son de tres maneras.

8- tatas tad-vipaka-anugunanam eva abhivyaktir vasananam
De allí surge la manifestación de los deseos potenciales según su maduración solamente.

9- jati- desa-kala-vyavahitanam apy antantaryam smrti-samskararayor eka rupatvat
Dado que la memoria y las impresiones son iguales de forma, existe una secuencia, si bien pueden ser divididos por clase de nacimiento, lugar y hora.

10- tāsām anaditvam ca asiso nityatvat

No tienen principio y el deseo de vivir es eterno.

11- *hetu-phala-asraya -alambanaih samgrhitatvad esam abhāve poco abhāvah*

Dado que la causa y el efecto, el soporte y el objeto están ligados, con su desaparición eso también desaparece.

12- *atita-anagatam svarupato asty adhva-bhedad dharmanam*

El pasado y el futuro existen en su propia forma por diferencia de caminos.

13- *vyakta te-suksmah guna-atmanah*

Ya sea manifestados o no manifestados, ellos son de la naturaleza de las gunas.

14- *parinama-ekatvad vastu-tattvam*

La esencia del objeto se debe a la unicidad de transformación de las gunas.

15- *vasdtu-samyē citta-bhedāt tayor vibhaktah panthah*

Por la igualdad de objeto y diferencia de mente sus caminos están separados.

16- *ca na eka-citta-tantram vastu tad-tada apramanakam kim syat*

El objeto de proporción no depende de chitta; ¿qué le pasaría si al objeto de percepción si el medio para conocerlo no se encuentra allí?

17- *tad-uparaga-apeksitvac cittasya vastu jnana-ajnatam*

La mente necesita la reflexión del objeto para su conocimiento.

18- *sada jnanatas citta-vrttayas tat-prabhoḥ puruṣasya aparinamitvat*

Purusha, el dominio de chitta, no cambia, por lo tanto siempre conoce las modificaciones de la mente.

19- *na tat-svabhasam drsyatvat*

Ese chitta no está auto-limitado porque es el sujeto del conocimiento y la percepción.

20- *eka-samaye ca ubhaya-anavadharanam*

Y no puede haber comprensión de ambos simultáneamente.

21- *citta-anataradrsye buddhi-buddher atiprasangah smrti samskaras-ca*

Si el conocimiento de una mente por otra aceptado, entonces habría conocimiento de conocimientos guiando al absurdo y a la confusión de memoria.

22- *Citerapratisamkramayas tad-akara-apattau svabuddhi-samvedanam*

El conocimiento de la propia naturaleza a través del auto-conocimiento se logra cuando la conciencia asume esa forma en al que no pasa de un estado (o nivel) a otro.

23- *drastr-drśya-aparaktam cittam sarva-artham*

La mente que está coloreada por el observador y el observado aprehende todo.

24- *tad-asamkhyeya-vasanabhis-citram api para-artham samhatya karitvat*

A pesar de estar clasificada en innumerables vasanas, actúa para el purusha porque trabaja en asociación.

25- *visesa-darsina atma-bhava-bhavana viniivrttih*

Para aquel que ve la distinción, la percepción de la autoconciencia cesa completamente.

26- *tada viveka-mainam kaivalya-pragbharam cittam*

Entonces, realmente la mente se inclina hacia la discriminación y dirigiéndose a kaivalya.

27- *tac-chidresu pratyaya-antarani samskarebhyah*

Durante el estado de discriminación (viveka) o discernimiento, surgen otros pratyayas debido a las impresiones pasadas.

28- *hanam esam klesavad uktam*

La remoción de éstos (pratyayas) es prescrita como la destrucción de los kleshas .

29- *prasamkhyane'pi akusidasya sarvatha viveka-khyater dharmamegha samadhih*

Cuando no queda interés, aún en la mas elevada meditación, el dharmamegha samadhi se desarrolla a cuenta de la completa discriminación (o discernimiento)

30- *tath klesa-karma-nivrttih*

Posteriormente surge la libertad de los kleshas y karmas.

31- *tada sarva-avaranam-mala-apetasya jñānasya anantyaaj jñeyam alpam*

Entonces, debido a la remoción de los velos e impurezas, queda poco por conocer por la onfinitud del conocimiento.

32- *tatah Krta-arthanam parinama-krama-samaptir guṇānām*

Recién entonces habiendo cumplido su propósito y después de finalizar el proceso de cambio, las gunas se retiran.

33- *kshana-pratiyogi parinama-Aparanta-nigrahyah kramah*

Krama es el proceso correspondiente a los momentos, incorporado en el final.

34- *purusa -artha-sunyanam guṇānām pratiprasavah kaivalyam svarupa-pratistha va citi-saktir iti*

Kaivalya es la involución de las gunas debido al cumplimiento de su propósito, o es la restauración del purusha a su forma natural que es conciencia pura.