

Патанджали Йога-сутра¹

Превод от санскритски и коментар

Свами Прабхавананда

и Кристофър Ишгруд

Предговор

Патанджали Йога-сутра (или Афоризмите на Патанджали) не са изложение на оригинална философия, а дело на съставителство и преформулиране. Описания на практиките на Йога – или духовните дисциплини и техники на медитация, които дават възможност на човек да постигне единяващо познание за Бог – могат да бъдат открити много векове по-рано, в Катха, Шветашватара, Тайттирия и Майтраяни Упанишад. Всъщност, би могло да се каже, че доктрината на Йога се е предавала от поколение на поколение още от праисторически времена.

Това, което е направил Патанджали е повторно да изложи философията и практиката на Йога за хората от неговото собствено време. Но кое е било това време? И кой е бил Патанджали? Почти нищо не е известно за него.

¹ Издание на Рамакришна Матх, Ченнай.

Някои авторитети вярват, че в действителност е имало две личности, носещи името Патанджали; единият е бил граматик, а другият – авторът на Йога-сутра. Други отричат това твърдение. Що се отнася до времето, в което е била написана Йога-сутра, предположенията на учените се различават в голяма степен – от четвърти век преди Новата ера до четвърти век след Новата ера.

Най-обичайното значение на думата „сутра“ е нишка. Сутра е, така да се каже, голата нишка на изложението, абсолютният минимум, който е нужен то да бъде държано в едно, без нито едно „зърно“ за украшение. Използвани са само най-съществените думи. Често липсва завършена структура на изречението. Има основателна причина за използването на този метод. Сутрите били създавани по време, в което нямало книги. Цялото произведение трябвало да бъде запомнено, затова трябвало да бъде изразено колкото е възможно по-сбито. Сутрите на Патанджали, както и всички други, били създадени с идеята да бъдат разширявани и обяснявани. Древните учители учили като казвали един афоризъм, научен наизуст, и след това го обяснявали надълго и нашироко с техните собствени коментари за доброто на своите ученици. В някои случаи, тези коментари също били заучавани наизуст и записвани по-късно – така са били запазени за нас.

В този превод ние не само сме направили коментари, а сме разширили и перифразирали самите афоризми, така че всеки от тях да стане понятен на английски език². Има и други преводачи, които не са пожелали да си позволят тази свобода и поради това са предложили версия на текста, която е почти буквален превод, но също така и толкова загадъчна, колкото и записките на един университетски професор по време на лекция. Текстът в такъв вид изобщо не би могъл да бъде разбран, без внимателното изучаване на неговия коментар. Според нас, подобен превод има лош психологически ефект върху читателя. Неспособен да разбере нищо от афоризмите на пръв поглед, той вероятно ще реши, че целият предмет е твърде труден за него. Вече съществуват достатъчно трудности в изучаването на философията на Йога. Нашата цел беше да не ги умножаваме без нужда.

Настоящият коментар е главно наше дело. Ние обаче, следвахме обясненията на двама древни коментатори, Бходжа и Вяса. Освен това, често цитирахме от блестящите и дълбоко интуитивни коментари на Свами Вивекананда, давани от него импровизирано, по време на лекциите му върху Патанджали, които той изнасял в

² Преводът на Свами Прабхавананда е от санскритски на английски език.

Съединените щати преди повече от петдесет години³. Те били записани от учениците му и включени в неговата книга „Раджа Йога“.

Преди Патанджали Йога се базирала на философията на Веданта; по тази причина, ние разглеждахме афоризмите навсякъде от гледна точка на Веданта. Тук ние се различаваме от самия Патанджали, който е бил последовател на философията на Самкхя⁴. Но това са само технически различия и е по-добре да не акцентираме върху тях, за да не породим объркване у читателя.

Като цяло, нашето желание беше тази книга да бъде от практическа помощ за духовния живот; помощ, която би могла да бъде използвана от поклонниците на която и да е религия – индуисти, християни и други. Затова сме избегнали прекаленото разглеждане на мистичните и окултните аспекти. Тяхното изучаване би могло да очарова някои видове умове, но то в крайна сметка е нещо напълно стерилно и би могло да бъде дори опасно, ако се стигне до крайности в това отношение.

³ Т.е. през 90-те години на 19 в. „Раджа Йога“ от Свами Вивекананда била публикувана за първи път през 1896г.

⁴ Основното различие между Веданта и Самкхя е, че Веданта приема една-единна Същност в основата на Битието и всички проявления, която е наричана с различни термини – Брахман, Атман, Параматман, Пуруша; докато според Самкхя съществуват две отделни във вечността същности – Пуруша (Духът) и Праkritи (Природата).

Докато работехме върху тази книга ни беше предложено, да правим аналогии между йога и Западната психология. Опити за такива аналогии са били правени вече от различни писатели и са били отбелязани някои интересни точки на подобие и други на различия. Но по наше мнение, такова сравнение не изглежда нито честно, нито валидно. Психологията на Йога е, така да се каже, завършен продукт. Западната психология все още се развива, и то в много и различни посоки; тя непрестанно създава нови теории и отрича старите. Ако някой заяви категорично: „Западната психология поддържа следното гледище:...“, съществува непрестанната опасност той да бъде упрекнат в неточност.

Едно обаче, можем да заявим със сигурност. Мнозинството от западните психолози все още⁵ не признават съществуването на Атман, Божественото в човека, и поради това не се опитват да помагат на своите пациенти да постигнат състоянието на съвършена Йога. Колкото до онези психотерапевти, които в наше време стават все повече и които проявяват сериозен интерес в областта на йога, повечето от тях може би биха формулирали своята позиция така: „Бихме могли да помогнем на своите пациенти до определен момент – до

⁵ Преводът на Свами Прабхавананда е правен приблизително в средата на 20в.

една съответна степен на приспособяване на психологическото ниво. Но не сме готови да излезем отвъд това. Признаваме възможността за съществуването на едно по-висше, духовно интегриране, но предпочитаме да не го превръщаме в част от нашата терапия, защото вярваме че двете (т.е. психологическото и духовното интегриране) трябва да бъдат разглеждани и прилагани отделно. Ако един пациент се нуждае от духовно интегриране, ние бихме могли единствено да го изпратим при учител по Йога или при духовното лице на някоя религия. Йога започва оттам, докъдето стигахме ние“.

И проблемът си остава на същото ниво в настоящето.

От преводачите

I. Йога и нейните цели

1. Това е началото на инструкциите за Йога.

Главното значение на думата Йога е единение, както и средството за постигането на духовно единение. Йога е един от методите — един от многото — чрез които индивидът може да постигне единение с Божественото, с Реалността, която лежи в основата на привидната, ефимерна вселена. Постигането на такова единство означава постигането на състояние на свършена Йога. В християнството съществува един съответен на този термин — "мистичното единение", който изразява подобна идея.

Бходжа, един от класическите коментатори на тези афоризми, определя значението на думата "йога", в което тя е използвана от Патанджали, като "усилие за отделянето на Атман (Реалното) от не-Атман (привидното)".

Онзи, който практикува йога, се нарича йогин.

2. Йога е контролирането на мисловните вълни в ума.

Според Патандали, умът, читта, е съставен от три компонента: манас, буддхи и ахамкара. Манас е записващата способност, която получава впечатления, събирани от сетивата във външния свят. Буддхи е разграничителната способност, която класифицира тези впечатления и реагира на тях. Ахамкара е съзнанието за индивидуалния аз⁶, което предявява претенциите за правото на притежание на тези впечатления и ги складира като индивидуално познание. Например, манас съобщава: "Приближава се голям жив обект". Буддхи решава: "Това е бик. Той е разярен. Иска да атакува някого". Ахамкара крещи: "Иска да атакува *мен*, Патанджали. Аз съм този, който е уплашен. Аз съм този, който иска да избяга". По-късно, ахамкара може да добави от клоните на някое близко дърво: "Сега аз знам, че този бик (който не съм аз) е опасен. Но има други, които не знаят това; това е *мое* лично познание, което ще ме кара да избягвам бика за в бъдеще".

Бог или Реалността, която лежи в основата на всичко, е Вездесъщ. Ако Реалността съществува във всичко, тя трябва да е навсякъде; трябва да присъства във всяко

⁶ Навсякъде в книгата трябва да се прави разлика между „аза“ с малко „а“, което е превод на санскритския термин „ахам“ и означава индивидуалното съзнание, чувството за егото и „Аза“ с главно „А“, което е превод на санскритския термин „Атман“ и означава Душата или Духът в човека, който е едно с Универсалния Дух или Чистото съзнание – Брахман.

одушевено същество, във всеки неодушевен предмет. На санскритски език "Бог, който живее във всяко същество" се нарича Атман или Пуруша, истинският Аз. Патанджали говори винаги за Пуруша⁷, но в този превод ние ще заменим Пуруша с Атман, защото Атман е думата, използвана в Упанишадите и Бхагавад Гита и поради това изучаващите тези текстове са може би свикнали повече с нея. Според Упанишадите и Гита, Атман живее във всички създания. Патанджали, който следвал философията на Самкхя, вярвал, че всяко създание и обект имат отделен, но идентичен Пуруша. Тази различна философска гледна точка няма практическико значение за духовно търсещия.

Умът изглежда разумен и съзнателен. Но философията на Йога учи, че той не е такъв. Той притежава само разум взет назаем. Атман е самият разум, Той е чистото съзнание. Умът само отразява това съзнание и изглежда съзнателен.

Познанието или възприятието е мислена вълна (вритти) в ума. Следователно всяко познание е субективно. Дори онова, което западните психолози наричат интроспекция и себепознание е субективно познание според Патанджали, тъй като умът не е зрителят, а е само инструмент на познанието, обект на възприятието,

⁷ Пуруша означава буквално "Бог, който живее в тялото".