

YOGA SUTRAS DE PATANYALI

(Traducción completa de los sutras tal y como aparecen en Yoga: la ciencia del alma vols 1 al 10)

LIBRO I - SAMADHI PADA (51 sutras)

- 1.1 Ahora, la disciplina del Yoga (*Atha yog anushasanam*)
- 1.2 Yoga es la cesación de las modificaciones de la mente. (*chitta vritti nirodha*)
- 1.3 Entonces el testigo (*drastuh -purusha*) está asentado en sí mismo. (*tada drastuh sva rupe'vasthanam*)
- 1.4 En los demás estados existe una identificación con las modificaciones de la mente. (*vrtti-sarupyam itarata*)
- 1.5 Las modificaciones (*vrittis*) de la mente son cinco. Pueden ser o una fuente de angustia (*dukka*), o una fuente de no angustia. (*vrittayab panchtayyah klista aklistah*)
- 1.6 Son: conocimiento verdadero (*praman*), falso conocimiento (*viparyaya*), imaginación (*vikalpa*), sueño (*nidra*) y memoria (*smrtayah*). (*pramana-viparyaya-vikalpa-nidra-smrtayah*)
- 1.7 El conocimiento verdadero tiene tres fuentes: la cognición directa, la inferencia y las palabras de "Aquellos-que-han-Despertado". (*pratyaksa-anumana-agamah pramnani*)
- 1.8 El falso conocimiento es un falso concepto que no se corresponde con el hecho tal y como es. (*viparyayo mithya-jnanam atad rupa-pratistham*)
- 1.9 Una imagen evocada por las palabras sin ninguna substancia tras ella, es *vikalpa*, imaginación. (*sabda-jnananupati vastu-sunyo vikalpah*)
- 1.10 La modificación de la mente basada en la ausencia de todo contenido, es el sueño (profundo).(*abhava-pratyaya-alambana vrtti nidra*)
- 1.11 La memoria es el recuerdo de pasadas experiencias. (*anubhuta-visaya-asampramosah smrtih*)
- 1.12 Su cesación se alcanza con la constante práctica interior (*abhyasa*) y el desapego (*vairagya*). (*abhyasa-vairagyabhyam tan nirodhah*)
- 1.13 De esos dos, *abhyasa*, la constante práctica interior, es el esfuerzo por llegar a estar firmemente sentado en uno mismo. (*tatra sthitau yatno'bhayasah*)
- 1.14 Llega a establecerse firmemente si es continuada durante largo tiempo, sin interrupción, y con reverente devoción. (*sa tu dirgha-kala-nairantarya-satkara-asevito drdha-bhumih sah*)
- 1.15 El primer nivel de *vairagya*, la ausencia de deseos: el cese, con un esfuerzo consciente, en la auto-gratificación de la sed de placeres sensuales. (*drsta-anusravika-visaya-vitrnsasya vasikara-samjna vairagyam*)
- 1.16 El último nivel de *vairagya*, la ausencia de deseos: el cese de todo desear al conocer la naturaleza más interior del *Purusha*, el Yo Superior. (*tat param purusa-khyater buna-vaitrsnyam*)
- 1.17 *Samprajnata samadhi* es el *samadhi* que va acompañado de razonamiento, reflexión, felicidad y un sentimiento de puro ser. (*virtaka-vicara-ananda-asmita-anugamat-samprajnatah*)

- 1.18 En el *asamprajnata samadhi* cesa toda actividad mental y la mente solamente retiene las impresiones inmanifestadas. (*viram-pratyaya-abhyasa-purvah samskara-seso'nyah*)
- 1.19 Los *videhas* y *prakriti-layas* alcanzan el *asamprajnata samadhi* porque dejaron de identificarse con sus cuerpos en vidas precedentes. Renacen porque las semillas del deseo permanecieron. (*bhava-pratyayo videha-prakrti-layanam*)
- 1.20 Otros que alcanzan el *asamprajnata samadhi* lo alcanzan mediante la fe, el esfuerzo, el recogimiento, la concentración y la discriminación. (*sraddha-virya-smrti-samadhi-prajna-purvaka itaresam*)
- 1.21 El éxito está próximo a aquellos cuyos esfuerzos son intensos y sinceros. (*tivra-samveganam asannah*)
- 1.22 Las oportunidades de éxito varían de acuerdo al grado de esfuerzo. (*mrdu-madhyadhimatratvat tato'pi visesah*)
- 1.23 El éxito también es alcanzado por aquellos que se entregan a Dios. (*svara-pranidhanad va*)
- 1.24 Dios es el soberano supremo. Él es una unidad individual de Divina Consciencia. No es alcanzado por las afecciones de la vida, ni por las acciones, ni por sus resultados. (*klesa-karma-vipakasayair apamrstah purusa-visesa isvarah*)
- 1.25 En Dios la semilla se ha desarrollado al máximo. (*tatra niratisayam sarva-jna-bijam*)
- 1.26 Más allá de los límites del tiempo, Él es el Maestro de Maestros. (*Saesa Purvesam api guruh kalena anavacchedat*)
- 1.27 Él es conocido como AUM. (*tasya vacakah pranavah*)
- 1.28 Repite (japa) y medita sobre el AUM. (*taj japas tad artha-bhavanam*)
- 1.29 Meditar y repetir AUM conlleva la desaparición de todos los obstáculos y el despertar de una nueva consciencia. (*tatah pratyak-cetana-adhigamo'py-antaraya-abhavas-ca*)
- 1.30 La enfermedad, la apatía, las dudas, la falta de atención, la pereza, la sensualidad, el ensueño, la impotencia y la inestabilidad son los obstáculos que distraen la mente. (*vyadhi-styana-samsaya-pramada-alasya-avirati-bhranti-darsana-alabdha-bhumikatva-anavasthitatvanicitta-viksepas te'ntarayah*)
- 1.31 La angustia, el desespero, los temblores y una respiración irregular son los síntomas de una mente distraída. (*duhkha-daurmanasya-angam ejayatva-svasa-prasvasa viksepa-sahabhuva*)
- 1.32 Para eliminarlos, medita sobre un principio. (*tat pratishedha-artham eka-tattva-abhyasa*)
- 1.33 La mente se tranquiliza cultivando actitudes como la simpatía hacia el que es feliz, la compasión hacia el que sufre, la alegría con el virtuoso y la indiferencia hacia el mal. (*maitri-karuna-mudita-upeksanam suhkha-duhkha-punya-apunya-visayanam bhavanatas citta prasadanam*)
- 1.34 La mente también se calma al expulsar y retener, alternativamente, el aliento. (*pracchardana-vidharanabhyam va pranasya*)
- 1.35 Cuando la meditación produce percepciones sensoriales extraordinarias, la mente adquiere confianza y esto ayuda a perseverar. *visaya-vati va pravrttir utpanna manasah sthiti-nibandani*
- 1.36 Medita también sobre la luz interior, que es serena y trasciende toda tristeza. (*visoka va jyotismati*)

- 1.37 Medita también sobre Aquél que haya alcanzado el estado de ausencia de deseos.(*vita-raga-visayam va cittam*)
- 1.38 Medita también sobre el conocimiento que te llega durante el sueño.(*svapna-nidra-jnana-alambanam va*)
- 1.39 Medita también sobre cualquier cosa que te atraiga.(*yatha abhimata-dhyanad-va*)
- 1.40 Así, el yogui se convierte en el Maestro de todo, desde lo infinitesimal hasta lo infinito.(*parama-anu-parama-mahattva-anto'sya vasikarah*)
- 1.41 Cuando la actividad de la mente se encuentra bajo control, la mente se vuelve como un cristal puro, reflejando por igual, sin distorsión alguna, al que percibe, a la percepción y a lo percibido.(*ksina-vrtter abhijatasya-iva maner grahitr-grahana-grahyesu tat-sth-tad-anjanata samapattih*)
- 1.42 *Savitarka samadhi* es el *samadhi* en el cual el yogui es aún incapaz de diferenciar entre el conocimiento verdadero y el conocimiento basado en las palabras, en el razonamiento, o en las percepciones sensoriales, los cuales permanecen entremezclados en la mente.(*tatra sabda-artha-jnana-vikalpaih samkirna savitarka sama pattih*)
- 1.43 Se alcanza el *nirvitarka samadhi* cuando la memoria es purificada y la mente es capaz de ver la verdadera naturaleza de las cosas sin obstrucciones.(*smrti-parisuddhau sva rupa-sunya-iva-artha-matra-nirbhasa nirvitarka*)
- 1.44 Las explicaciones dadas para los *samadhis savitarka* y *nirvitarka*, también explican los estados superiores del *samadhi*, pero en esos estados superiores de *savichara* y *nirvichara samadhis*, los objetos de meditación son más sutiles.(*etayaiva savicara nirvicara ca suksma-visaya vyakhyata*)
- 1.45 La dimensión del *samadhi* conectada con esos objetos más delicados se extiende hasta el nivel sin forma de las energías sutiles.(*suksma-visayatvam ca aliinga-paryavasanam*)
- 1.46 Estos *samadhis* que resultan de la meditación sobre un objeto son *samadhis* con semilla y no suponen la liberación del ciclo de nacimientos.(*ta eva sabijah samadhi*)
- 1.47 Al alcanzar la suprema pureza del estado de *nirvichara samadhi*, la luz espiritual empieza a alborear.(*nirvicara-vaisaradye'dhyatama-prasadh*)
- 1.48 En el *nirvichara samadhi*, la consciencia está llena de verdad. (*rtam bhara tatra prajna*)
- 1.49 En el estado de *nirvichara samadhi*, un objeto es experimentado en su plena perspectiva porque en este estado el conocimiento es directo, sin utilizar los sentidos.(*sruta-anumana-prajnaabhyam anya-visaya visesa-arthatvat*)
- 1.50 La percepción que se tiene en el *nirvichara samadhi* trasciende todas las percepciones normales, tanto en extensión como en intensidad.(*taj-jah samskaro'nya-samskara-pratibandhi*)
- 1.51 Cuando este control de todos los demás controles es trascendido, se alcanza el *samadhi* sin semilla, y con él, uno se libera de la vida y de la muerte.(*tasya api nirodhe sarva-nirodhan nirbijah samadhih*)

LIBRO II — SADHANA PADHA (55 sutras)

- 2.1 El Kriya-Yoga es un yoga preliminar y práctico compuesto de austeridad (*tapas*), estudio de uno mismo (*swadhyaya*) y entrega a Dios (*Ishwara pranidhana*).(*tapah-svadhyaya-isvara-pranidhanani kriya-yoga*)
- 2.2 La práctica del Kriya-Yoga reduce el sufrimiento y conduce hasta el *samadhi*.(*samadhi-bhavana-artha klesa-tanu-karana-arthas ca*)
- 2.3 El sufrimiento es causado por la falta de atención/consciencia (*avidya*-ignorancia), el ego (*asmita*), las atracciones (*raga*), las repulsiones (*dwesha*) , el apego a la vida (*abhinivesh*) y el temor a la muerte.(*avidya-asmita-raga-dvesa-abhinivesa*)
- 2.4 Tanto si están en los estados de atenuación, alteración, expansión, o letargo, es debido a la falta de atención/consciencia que las demás causas de sufrimiento pueden operar.(*avidya ksetram uttaresam prasupta-tanu-vicchina-udaranam*)
- 2.5 Falta de consciencia (*avidya*) es tomar lo transitorio por lo eterno, lo impuro por lo puro, lo doloroso como placentero y al no-Yo por el Yo.(*anitya-asuci-duhkha-anatmasu-nitya-suci-sukha-atma-khyatir avidya*)
- 2.6 Ego (*asmita*) es la identificación del que ve con lo visto.(*drg-darsana-saktyor eka atmata iva asmita*)
- 2.7 La atracción (*raga*) —y como consecuencia— el apego, se dirige hacia todo aquello que aporta placer. (*sukha-anusayi ragah*)
- 2.8 La repulsión (*dwesha*) es respecto de todo aquello que causa dolor.(*duhkha-anusayi ragah*)
- 2.9 Implícito en la vida se encuentra el temor a la muerte —el apego a la vida (*abhinivesh*)— y predomina en todos, incluso en los eruditos.(*svarasa-vahi viduso' pi tatha rudho' bhinivesa*)
- 2.10 Las causas de las cinco aflicciones (*kleshas*) pueden ser eliminadas resolviéndolas en su origen.(*te pratiprasava-heya suksmah*)
- 2.11 La expresión exterior de las cinco aflicciones desaparece mediante la meditación.(*dhyana-heyas tad-vrttayah*)
- 2.12 Tanto si son satisfechas en el presente como en el futuro, las experiencias kármicas tienen sus raíces en las cinco aflicciones.(*klesa-mulah karma-asayo drsta-adrsta-janma-vedaniyah*)
- 2.13 Mientras permanezcan esas raíces, el karma es cumplido al renacer, mediante la clase de vida, su duración y los diversos tipos de experiencias.(*sati mule tad-vipako jaty-ayur-bhogah*)
- 2.14 La virtud conlleva placer; el vicio conlleva dolor.(*te hlada-paritapa-phala punya-apunya-hetutvat*)
- 2.15 Aquél que posee discriminación (*viveka*) se da cuenta de que todo conduce al sufrimiento debido al cambio, a la ansiedad, a las experiencias pasadas (*samskaras*) y a los conflictos que surgen entre los tres atributos (*gunas*) y las cinco modificaciones de la mente.(*parinam-tapa-samskara-dukhkhair guna-vrrti-virodhac ca dukham eva sarvam vivekinah*)
- 2.16 El sufrimiento futuro puede ser evitado.(*heyam dukham anagamam*)
- 2.17 La relación entre el que ve (*drisha*) y lo visto —la causa del sufrimiento— ha de ser eliminada.(*drastr-drsyayoh samyoga heya-hetuh*)

- 2.18 Lo visto está compuesto por los elementos y los órganos de los sentidos y es de la naturaleza de estabilidad, acción e inercia y su función es proporcionar experiencias liberando de esta forma al que ve. (*prakasa-kriya-sthiti-silam bhuta-indriya-atmakam bhoga-aparvargartham drsyam*)
- 2.19 Las tres *gunas* —estabilidad, acción e inercia— presentan cuatro grados: el definido (*vishesa*), el indefinido (*avishesa*), el indicado (*lingamatra*) y el inmanifestado (*alinga*). (*visesa-avisesa-linga-matra-alingani guna-parvani*)
- 2.20 El que ve, aunque pura consciencia, ve a través de la distorsión de la mente. (*drastr drsi-matraha suddho'pi pratyaya-anupasyah*)
- 2.21 Lo visto (*prakriti*) existe sólo para el que ve (*drisha*). (*tad-artha eva drsyaya-atma*)
- 2.22 Aunque lo visto aparece como muerto ante los ojos de aquél que ha alcanzado la Liberación, está vivo para los demás porque es común a todo. (*krtaa-artham prati nastam apy anastam tad anyasadharanatva*)
- 2.23 El que ve (*purusha*) y lo visto (*prakriti*) están unidos para que así la verdadera naturaleza de ambos sea realizada. (*sva-svami-saktyoh sva-rupa-upalabधि-hetuh samyogah*)
- 2.24 La causa de esta unión es la ignorancia (*avidya*). (*tasya hetur avidya*)
- 2.25 La disociación del que ve (*purusha*) y lo visto (*prakriti*), obtenida mediante la dispersión de la ignorancia (*avidya*) es el remedio que lleva a la liberación. (*tad-abhavat samyoga-abhavo hanam tad-drseh kaivalyam*)
- 2.26 La continua práctica de la discriminación entre lo real y lo irreal conduce a la dispersión de la ignorancia. (*viveka-khyatir aviplava hanopayah*)
- 2.27 El estado más elevado de la Iluminación se alcanza en siete pasos. (*tasya saptadha pranta-bhumih prajna*)
- 2.28 Practicando los diferentes pasos del Yoga para destruir la impureza, surge la Iluminación espiritual que se transforma en consciencia de la realidad. (*yoga-anga-anusthanad asuddhi-ksaye jnana-diptir a viveka-kyateh*)
- 2.29 Los ocho pasos del yoga son: auto-control (*yama*), regularidad (*niyama*), postura (*asana*), regulación de la respiración (*pranayama*), abstracción (*prathihara*), concentración (*dharana*), contemplación (*dhyana*), y trance (*samadhi*). (*yama-niyama-asana-pranayama-pratyahara-dharana-dhyana-samadhyo stav-angani*)
- 2.30 El auto-control (*yama*; cinco abstenciones), el primer paso del Yoga, está formado por los siguientes cinco votos: no-violencia (*ahimsa*), veracidad (*satya*), honestidad (*asteya*), continencia sexual (*brahmacharya*), y no-posesividad (*aparigraha*). (*ahimsa-satya-asteya-brahmacarya-aparigraha yamah*)
- 2.31 Esos cinco votos, que constituyen el gran voto, se extienden a los siete niveles de Iluminación sea cual sea su clase, lugar, tiempo, o circunstancia. (*jati-desa-kala-samaya-anavacchinnah sarva-bhauma mahavratam*)
- 2.32 Pureza (*shaucha*), contento (*santosh*), austeridad (*tapas*), estudio de uno mismo (*svadhyaya*), y entrega a Dios (*Ishvarapranidhana*) son las leyes que hay que observar. (*sasuca-santosh-tapah-svadhyaya-isvara-pranidhanani niyamah*)

- 2.33 Cuando la mente se ve alterada por malos pensamientos, reflexiona sobre los opuestos. (*vitarka-badhane pratipaksa-bhavanam*)
- 2.34 Es necesario reflexionar sobre los opuestos (*pratipaksha bhavana*) porque los malos pensamientos, las emociones y las acciones, tales como la violencia, desembocan en la ignorancia e intenso sufrimiento, tanto si son realizadas, causadas, o aceptadas, mediante la codicia, la ira o el engaño, en grado ligero, medio, o intenso. (*vitarka himsa-adayah krta-karita-anumodita lobha-krodha-moha-purvaka mrdu-madhya-adhimatra dukkha-ajnana-ananta-phala iti pratipaksa-bhavanam*)
- 2.35 Cuando el yogui se encuentra firmemente establecido en la no-violencia, aquellos que están ante él abandonan toda animadversión. (*ahimsa-pratistayam tat-samnidhau vira-tyagah*)
- 2.36 Cuando el yogui se encuentra firmemente establecido en la sinceridad, alcanza el fruto de la acción sin actuar. (*satya-pratisthyam kriya-phala-asrayatvam*)
- 2.37 Cuando el yogui se encuentra firmemente establecido en la honestidad, las riquezas interiores aparecen por sí mismas. (*asteya-pratisthyam sarva-ratna-upasthanam*)
- 2.38 Cuando el yogui se encuentra firmemente establecido en la continencia sexual, obtiene el vigor. (*brahmacarya-pratisthyam virya-labhah*)
- 2.39 Cuando el yogui se encuentra firmemente establecido en la ausencia de posesividad, surge el conocimiento del cómo y el porqué de la Existencia. (*aparigraha-sthairye janma-kathamta sambodhah*)
- 2.40 Cuando se alcanza la pureza, surge en el yogui un cierto disgusto hacia su propio cuerpo y una tendencia a no entrar en contacto físico con los demás. (*saucata sva-anga-jugupsa parair asamsargah*)
- 2.41 De la pureza mental nace la alegría, el poder de concentración, el control de los sentidos, y la disposición para la auto-realización. (*sattva-suddhi-saumanasya-eka-agrya-indriya-jaya-atma-darsana-yogyatvani ca*)
- 2.42 El contentarse conlleva la felicidad suprema. (*santosad anuttamah sukha-labhah*)
- 2.43 Las austeridades destruyen las impurezas y con la consiguiente perfección del cuerpo y de los órganos de los sentidos, despiertan los poderes físicos y mentales. (*kaya-indriya-siddhir asuddhi-ksayat tapasah*)
- 2.44 La unión con Dios llega a través del estudio de uno mismo. (*svadhyayad ista-devata-samprayogah*)
- 2.45 La completa Iluminación puede alcanzarse mediante la entrega. (*ahimsa-pratistayam tat-samnidhau vira-tyagah*)
- 2.46 La postura ha de ser estable y cómoda. (*sthira-sukham asanam*)
- 2.47 Uno alcanza el dominio de la postura relajando el esfuerzo y meditando sobre lo ilimitado. (*prayatna-saithiya-ananta-samapattibhyam*)
- 2.48 Cuando se domina la postura cesan las alteraciones causadas por la dualidad. (*tato dvandva-anabhighatah*)
- 2.49 Luego de alcanzar la perfección en la postura, el siguiente paso es el control de la respiración, lo cual se logra reteniendo el aliento en la inhalación y en la exhalación, o dejando de respirar súbitamente. (*tasmin sati svasa-prasvasayor gati-viccedah pranayamah*)

- 2.50 La duración y frecuencia de estas respiraciones controladas vienen condicionadas por el tiempo y el lugar y van haciéndose más y más prolongadas y sutiles. (*baha-abhyantara-stambha-vrttir desa-kala-samkhyabhih paridrsto dirgha-suksmah*)
- 2.51 Existe un cuarto nivel de control de la respiración, el cual es interno y trasciende los otros tres. (*bahya-abhyantara-visaya-aksepi caturthah*)
- 2.52 Entonces llega la dispersión de la cubierta que cubre la luz. (*tath ksiyate prakasa-avaranam*)
- 2.53 Y entonces la mente se encuentra preparada para la concentración. (*dharanasu ca yogyatamanasah*)
- 2.54 El quinto constituyente del Yoga, prathyara —regresar al origen— es la recuperación de la habilidad de la mente para controlar los sentidos mediante la renuncia a las distracciones procedentes de objetos exteriores. (*sva-visaya-asamprayoge cittasya sva-rupa-anukara iva indriyanam pratyaharah*)
- 2.55 Entonces se alcanza el dominio completo sobre todos los sentidos. (*tath parama vasyata indriyanam*)

LIBRO III — VIBHUTI (*manifestación*) **PADA** (55 sutras)

- 3.1 *Dharana*, concentración, es confinar la mente al objeto sobre el que se medita. (*desa-bandhas cittasya dharana*)
- 3.2 *Dhyana*, contemplación, es el flujo ininterrumpido de la mente hacia el objeto. (*tatra pratyaya-ekatanata dhyanam*)
- 3.3 *Samadhi* es cuando la mente se vuelve una con el objeto. (*tad eva-artha-matra-nirbhasam svarupa-sunyam iva samadhih*)
- 3.4 Los tres juntos —*dharana*, *dhyana* y *samadhi*— constituyen *samyama*. (*trayam ekatra samyamah*)
- 3.5 Dominando el *samyama*, la luz de la consciencia superior. (*tad-jayat prajna alokah*)
- 3.6 *Samyama* ha de ser practicado en etapas. (*tasya bhumisv viniyogah*)
- 3.7 Estas tres: *dharana*, *dhyana* y *samadhi*, son internas comparadas con las cinco precedentes. (*trayam-antar-angam purvebhyah*)
- 3.8 Pero las tres son externas comparadas con el “*samadhi* sin semilla”. (*tad api bahir-angam nirbijasya*)
- 3.9 *Nirod parinam* es la transformación de la mente en la que la mente es permeada por la condición de *nirod* la cual surge momentáneamente entre la impresión que desaparece y la impresión que está ocupando su lugar. (*vyutthana-nirodha-samskarayor abhibhava-pradurbhavau nirodha-ksana-cittanvayo nirodha-parinamah*)
- 3.10 Este flujo se calma tras repetidas impresiones. (*tasya prasanta vahita samskarat*)
- 3.11 *Samadhi parinam*, la transformación interior, es la calma gradual de las distracciones y el simultáneo surgimiento de una única direccionalidad. (*sarva-arthata-ekagratayoh ksaya-udayau cittasya samadhi-parinamah*)
- 3.12 *Ekagrata parinam*, la transformación unidireccional, es la condición de la mente en la cual el objeto de la mente que está desapareciendo es reemplazado al instante siguiente por un objeto exactamente igual. (*tatah punah santa-uditau tulya-pratyayau cittasya-ekagrata-parinamah*)
- 3.13 Por lo que se ha dicho en los últimos cuatro sutras, también se explican las propiedades, el carácter y la condición de las transformaciones en los elementos y órganos de los sentidos. (*etena bhuta-indriyesu dharma-lasana-avastha-parinama vya khyatah*)
- 3.14 Sean latentes, activas o inmanifestadas, todas las propiedades permanecen en el sustrato. (*santa-udita-avyapadesya-dharma-anupati-dharmit*)
- 3.15 La variación en la transformación es causada por la variedad de los procesos subyacentes. (*krama-anyatvam parinama-anyatve hetuh*)
- 3.16 Realizando *samyama* sobre las tres clases de transformación — *nirod*, *samadhi* y *ekagrata*— el conocimiento del pasado y del futuro. (*parinama-traya-samyamad atita-anagata-jnanam*)
- 3.17 El sonido, el propósito y la idea tras él, se hallan simultáneamente en la mente en un estado de confusión. Al realizar *samyama* sobre el sonido, surge la separación y nace la comprensión del significado de los sonidos realizados por cualquier ser vivo. (*sabda-artha-pratyayanam itara-itara adhyasat samskaras tat pravibhaga-samyamat sarva-bhuta-ruta-jnanam*)

- 3.18 Al observar las impresiones pasadas, se obtiene el conocimiento de los nacimientos anteriores. (*samskara-saksat karanat purva-jati-jnanam*)
- 3.19 Mediante el *samyama* la imagen que ocupa la mente de otro puede ser conocida. (*pratyasya para-citta-jnanam*)
- 3.20 Pero la percepción a través del *samyama* no aporta conocimiento de los factores mentales que sostienen la imagen en otra mente, porque ése no es el objetivo del *samyama*. (*na ca tat salambanam tasya avisayi bhutatvat*)
- 3.21 Realizando *samyama* en la forma del cuerpo para suspender el poder receptivo, el contacto entre el ojo de un observador y la luz de ese cuerpo es interrumpido, y el cuerpo se vuelve invisible. Este principio explica también la desaparición del sonido. (*kaya-rupasamyamat tad grahya-sakti-stambhe caksuh prakasa-asamyoge antardhanam*)
- 3.22 Este principio explica también la desaparición del sonido. (*Etena shabdady antardhanam uktam.*)
- 3.23 Realizando *samyama* en los dos tipos de karma, activo y durmiente, o sobre augurios y presagios, puede predecirse el momento exacto de la muerte. (*sopakramam nirupakramam ca karman tad samyamat aparanta-jnanam aristebhyahva*)
- 3.24 Realizando *samyama* sobre la amistad o sobre cualquier otra cualidad, se obtiene una gran fuerza en dicha cualidad. (*maitri adisu balani*)
- 3.25 Realizando *samyama* sobre la fuerza de un elefante, se obtiene la fuerza de un elefante. (*balesu hasti-bala-adini*)
- 3.26 Dirigiendo la luz de la facultad supra-física, se obtiene el conocimiento de lo sutil, lo oculto y lo distante. (*pravrtti-aloka-nyasat suksma-vyahahita-viprakrsta-jnanam*)
- 3.27 Realizando *samyama* sobre el sol, se obtiene el conocimiento sobre del sistema solar (*bhuvana-jnanam surya samyamat*)
- 3.28 Realizando *samyama* sobre la Luna, se obtiene el conocimiento sobre la disposición de las estrellas. (*candre tara-vyutha-jnanam*)
- 3.29 Realizando *samyama* sobre la Estrella Polar, se obtiene el conocimiento sobre el movimiento de las estrellas. (*dhruve tad gati-jnanam*)
- 3.30 Realizando *samyama* sobre el centro del ombligo, se obtiene el conocimiento sobre la organización del cuerpo. (*samadhyo stav-angani*)
- 3.31 Realizando *samyama* sobre la garganta, surge la cesación de las sensaciones de hambre y sed. (*kanthakupe ksut-pipasa-nivrttih*)
- 3.32 Realizando *samyama* sobre el nervio llamado Kurma-Nadi, el yogui es capaz de quedarse absolutamente inerte. (*kurma-nadyam sthairyam*)
- 3.33 Realizando *samyama* en la luz bajo coronilla surge la habilidad de contactar con seres perfectos. (*murdha-jyotisi siddha-darsanam*)
- 3.34 Mediante *pratibha* —intuición—, se obtiene conocimiento sobre todas las cosas. (*pratibhad va sarvam*)

- 3.35 Realizar *samyama* en el corazón hace surgir la consciencia de la naturaleza de la mente. (*vhrdaye citta-samvit*)
- 3.36 La experiencia es el resultado de la incapacidad para diferenciar entre el *purusha*, la pura consciencia, y *satva*, la pura inteligencia, aunque son absolutamente distintos. (*sattva-purusayor atyanta-asamkirnayoh pratyaya-avisesah bhogah para-arthatvat svartha-samyamat purusa-jnanam*)
- 3.37 Realizar *samyama* sobre el propio interés aporta el conocimiento del *purusha* separado del conocimiento de los demás. De ahí derivan el oír, tocar, ver, gustar y oler, intuitivos. (*tatah pratibha-sravana-vedana-adarsa-asvada-vartah jayante tatah*)
- 3.38 Esos son poderes en tanto la mente se dirige hacia el exterior, pero son obstáculos en el camino del *samadhi*. (*te samadhau upasargah vyutthane siddhayah*)
- 3.39 El aflojamiento de las causas de tu esclavitud y el conocimiento de los canales permite a la mente entrar en el cuerpo de otro. (*bandha-karana-saithilyat pracara-samvedanat ca cittasya para-sarira-avesah*)
- 3.40 Dominando la corriente *udana*, el yogui es capaz de levitar y pasar sobre el agua, las ciénagas, sobre espinas, etc. sin contacto alguno. (*udana-jayat jala-panka-kantaka-adisu asangah ukrantis ca*)
- 3.41 Dominando la corriente *samana*, el yogui es capaz de provocar que su fuego gástrico resplandezca. (*samana-jayat jvalanam*)
- 3.42 Realizando *samyama* sobre la relación entre el éter y el oído, es posible la escucha supra-física. (*rotva-akasayoh sambandha-samyamad divyam srotram*)
- 3.43 Realizando *samyama* sobre la relación entre el cuerpo y el éter e identificándose al mismo tiempo con materiales ligeros, como las hebras de algodón, el yogui es capaz de viajar por el espacio. (*kaya-akasayoh sambandha-samyamat laghu-tula-samapatteh ca akasa-gamamam*)
- 3.44 El poder de contactar el estado de consciencia exterior al cuerpo mental y por tanto inconcebible es llamado *mahavideha*. A través de este poder es destruido el velo que cubre la luz. (*bahir akalita vrttir maha-videha tatah prakasa-avarana-ksaya*)
- 3.45 Realizando *samyama* en su estado burdo, constante, sutil, funcional y que todo lo impregna, se alcanza el dominio sobre los panchabutas, los cinco elementos. (*sthula-svarupa-suksma-anvaya-arthavatta-samyamad bhuta-jayah*)
- 3.46 A esto le sigue el logro del anima, etc., la perfección del cuerpo, y la eliminación del poder de los elementos para obstruir el cuerpo. (*samadhi-siddhir isvara-pranidhanat*)
- 3.47 La belleza, la gracia, la fuerza, y la dureza adamantina constituyen el cuerpo perfecto. (*rupa-lavaya-bala-vajra-samhanantvani kaya-sampat*)
- 3.48 Realizando *samyama* sobre el poder de la cognición, sobre la verdadera naturaleza, sobre el egoísmo, sobre la omnipresencia y sus funciones, se obtiene el maestrazgo sobre los órganos sensoriales. (*grahana-svarupa-asmita-anvaya-arthavattva-samyamid indriya-jaya*)
- 3.49 Esto va seguido de la cognición instantánea sin la utilización del cuerpo, y el completo dominio de la *prakriti*, el mundo material. (*tato mano-javitvam vikarana-bhava pradhana-jayas ca*)
- 3.50 Solamente al ser consciente de la distinción entre *satva* y *purusha*, la supremacía y el conocimiento surgen por encima de todos los estados de existencia. (*sattva-purusa-anyata-khyati-matrasya sarva-bhava-adhitha-trtvam sarva-jnatrtvam ca*)

- 3.51 Manteniéndote desapegado de esos poderes, la semilla de la esclavitud es destruida. Entonces surge el *kaivalya*, la liberación. (*tad-vairagyad api dosa-bija-ksaye kaivalyam*)
- 3.52 Se debería evitar cualquier apego o sentimiento de orgullo ante cualquiera de las invitaciones de las entidades supra-físicas que tienen a su cargo los diversos planos porque eso supondría la posibilidad del renacimiento del mal. (*sthany-upanimantrane sanga-smaya-akaranam punar anista-prasangat*)
- 3.53 Realizar *samyama* sobre el momento presente, en el momento ido y en el momento venidero, aporta un conocimiento nacido de la presenciación de la realidad última. (*ksana-tat-kramayoh samyamad viveka-jam jnanam*)
- 3.54 De esto se deriva la habilidad de distinguir entre objetos similares que no pueden ser identificados por clase, carácter o lugar. (*jati-laksana-desair anyata anavacchedat tulyayoh tatah pratipattih*)
- 3.55 El conocimiento más elevado nacido de la presenciación de la realidad es trascendente e incluye la cognición simultánea de todos los objetos y la pertenencia a todos los objetos y procesos, sean cuales sean —en el pasado, en el presente y en el futuro— y trasciende el proceso mundano. (*tarkam sarva-visayam sarvatha visayam akramam ca iti viveka-jam-jnanam*)
- 3.56 La Liberación es obtenida cuando hay igualdad de pureza entre el *purusha* y *sattva*. (*sattva-purusayoh suddhi-sumye kaivalyam iti*)

LIBRO IV- KAIVALYA PADA (34 sutras)

- 4.1 Los poderes o bien son revelados al nacer, o son adquiridos a través de las drogas, de la repetición de palabras sagradas, de las austeridades, o del *samadhi*.(*janma-osadhi-mantra-tapah-samadhi-jah siddayah*)
- 4.2 La transformación de una clase, especie, o tipo, en otra se realiza por el desbordamiento de las tendencias naturales o potencialidades.(*jati-antara-parinama prakrty-apurat*)
- 4.3 Cualquier otra causa secundaria no hace que las tendencias naturales se activen, sino que sencillamente elimina los obstáculos que había, como el granjero que para regar sus campos elimina los obstáculos y entonces el agua fluye libremente por sí sola.(*nimittam aprayokakam prakrtinam varana-bhedas tu tatah ksetrikavat*)
- 4.4 Las mentes artificialmente creadas tienen su origen exclusivamente en el egoísmo.(*nirmana-cittani asmita-matrat*)
- 4.5 A través de las actividades de las múltiples mentes artificiales variables, la única mente original las controla.(*pravrtti-bhede prayojakam cittam ekam anekesam*)
- 4.6 Sólo la mente original nacida de la meditación es libre de deseos.(*tatra dhyana-jam anasayam*)
- 4.7 Los karmas del yogui no son ni puros ni impuros, pero los de todos los demás son de tres tipos: puros, impuros y mixtos.(*karma-asukla-akrsnam yoginas trividham itaresam*)
- 4.8 Los deseos surgen de estos tres tipos de karmas, cuando las circunstancias son favorables, para así ser satisfechos.(*tatas tad-vipaka-anugunanam eva abhivyaktir vasananam*)
- 4.9 Debido a que los recuerdos y las impresiones retienen la misma forma, la relación de causa y efecto subsiste, aunque separada por clase, situación y tiempo.(*jati-deso-kala-vyavahitanam apy antantaryam smrti-samskararayor eka rupatvat*)
- 4.10 Este proceso no tiene ni principio ni final al ser el deseo de vivir, eterno.(*tasam anaditvam ca asiso nityatvat*)
- 4.11 Unidos como causa-efecto, los efectos desaparecen con la desaparición de las causas.(*hetu-phala-asraya-alambanaih samgrhitatvad esam abhave tad abhava*)
- 4.12 Pasado y futuro existen en el presente, pero no son experimentados en el presente debido a que se encuentran en diferentes planos.(*atita-anagatam svarupato asty adhva-bhedad dharmanam*)
- 4.13 Manifiestos o inmanifiestos, pasado, presente y futuro son de la naturaleza de las *gunas*: estabilidad, acción e inercia.(*te vyakta-suksmah guna-atmanah*)
- 4.14 La esencia de cualquier objeto consiste en la singularidad de su proporción en las tres *gunas*.(*parinama-ekatvad vastu-tattvam*)
- 4.15 El mismo objeto es visto bajo diferentes formas por diferentes mentes.(*vasdtu-samye citta-bhedat tayor vibhaktah panthah*)
- 4.16 Un objeto no depende de una sola mente.(*na ca eka-citta-tantram vastu tad-apramanakam tada kim syat*)
- 4.17 Un objeto es conocido o desconocido dependiendo de si la mente es coloreada o no por él.(*tad-uparaga-apeksitvac cittasya vastu jnana-ajnatam*)

- 4.18 Las modificaciones de la mente son siempre conocidas por su señor debido a la constancia del *purusha*, la pura consciencia. (*sada jnanatas citta-vrttayas tat-prabhoh purusasya aparinamitvat*)
- 4.19 La mente no es, por sí misma, iluminadora porque puede ser percibida. (*na tat-svabhasam drsyatvat*)
- 4.20 A la mente le resulta imposible percibirse simultáneamente a sí misma y a cualquier otro objeto. (*eka-samaye ca ubhaya-anavadharanam*)
- 4.21 Si pudiera asumirse que una segunda mente iluminara a la primera, deberían asumirse la cognición de la cognición y la confusión de los recuerdos. (*citta-anataradrsye buddhi-buddher atiprasangah smrti-samskaras ca*)
- 4.22 Se obtiene el conocimiento de la propia naturaleza a través de la cognición de uno mismo cuando la conciencia asume esa forma en la que no va de un lugar a otro. (*citer apratisamkramayas tad-akara-apatta svabuddhi-samvedanam*)
- 4.23 Cuando la mente es coloreada por el conocedor y lo conocido, lo aprehende todo. (*drastr-drsya-apraktam cittam sarva-artham*)
- 4.24 Aun siendo coloreada por innumerables deseos, la mente actúa para otro, pues actúa en asociación. (*tad-asamkhyeya-vasanabhis-citram api para-artham samhatya karitvat*)
- 4.25 Cuando uno ve esta distinción, cesa el deseo de morar uno en el atma, el ser. (*visesa-darsina atma-bhava-bhavana-vinivrttih*)
- 4.26 Entonces la mente tiende a la discriminación y gravita hacia la liberación. (*tada viveka-mainam kaivalya-pragbharam cittam*)
- 4.27 En las interrupciones de la discriminación surgen otros *pratyayas* —otros conceptos— debido a la fuerza de pasadas impresiones, los cuales han de ser eliminados de la misma manera que las demás aflicciones. (*tac-chidresu pratyaya-antarani samskarebhyah*)
- 4.28 Aquél que es capaz de mantener un constante estado de ausencia de deseos incluso hacia los más sublimes estados de la Iluminación y es capaz de ejercitar la discriminación más elevada, entra en el estado conocido como “la nube que llueve virtud”. (*hanam esam klesavad uktam*)
- 4.29 Entonces llega la liberación de todas las aflicciones y karmas. (*prasamkhyane’pi akusidasya sarvatha viveka-khyater dharmamegah samadhih*)
- 4.30 Lo que puede ser conocido a través de la mente es muy poco comparado con el infinito conocimiento obtenido en la Iluminación, cuando los velos, las distorsiones y las impurezas son eliminadas. (*tath klesa-karma-nivrttih*)
- 4.31 Habiendo completado su objetivo, el proceso de cambio en las tres *gunas* llega a su fin. (*tada sarva-avaranam-mala-apetasya jnanasya anantyaj jneyam alpam*)
- 4.32 *Kramaha*, el proceso, es la sucesión de cambios que tienen lugar a cada instante y que son comprendidos al final de las transformaciones de las tres *gunas*. (*tatah krta-arthanam parinama-kramasamaptir gunanam*)
- 4.33 *Kailvalya* es el estado de Iluminación que sigue a la disolución de las *gunas* al haberse vaciado estas del objetivo del *purusha*. (*ksana-pratigyogi parinama-aparanta-nigrahyah kramah*)

4.34 En este estado, el *purusha* se halla asentado en su verdadera naturaleza, la pura consciencia. (*purusa-
artha-sunyanam gunanam pratiprasavah kaivalyam svarupa-pratistha va citi-saktir iti*)