

JOGASUTRY PATANDŽALEGO

3

U P A N I S Z A D Y

*Kauszithaki, Baszkala, Kena, Mahanarajana,
Kathaka, Maitrajana, Isa, Aruneja,
Paramahansa, Brahmabindu,
Teđzobindu, Mandukja
Karika*

Spolszczył A. S. Pelkowski

*Odbito 500 egzemplarzy
czcionkami Drukarni Narodowej w Krakowie*

Skład gł. Dom Książki Polskiej w Warszawie

JOGASUTRY PATANDŻALEGO

SPOLSZCZYŁ I OBJAŚNIENIAMI OPATRZYŁ

A. S. PEŁKOWSKI

K R A K Ó W

CZCIONKAMI DRUKARNI NARODOWEJ W KRAKOWIE

244+/68

R2c2

82064

I

JK

Antykw. WSP.

12.2.68; 30.-u



W S T Ę P

Początki nauki o *jodze*, jak również i *Sankhji*, na której się opiera, sięgają czasów przedbuddhyskich. Mniej więcej w piątym wieku naszej ery powstały klasyczne utwory tych nauk, mianowicie *Sankhjakarika Iswarakriszny* i *Jogasutry Patandźalego*.

Nauka, zawarta w *Jogasutrach*, jest pewnem rozwinięciem i uzupełnieniem praktycznem poglądów *Sankhji*, przeto wpiertw należy się zapoznawać z *Sankhją*.

Sankhja uznaje dwa pierwiastki odwieczne:

prakriti, przyrodę, substancję twórczą, lecz nieświadomą, *purusza*, ducha, substancję bierną, świadomą.

Obydwa te pierwiastki istnieją odrębnie, jakkolwiek z ich połączenia się powstaje świat. *Prakriti*, to przyczyna rozwoju i zaniku, *purusza* zaś jest widzem. Mniemanie, jakoby był sprawcą a istotnie posiadał przymioty, które dopiero powstają wskutek niepojętego związku, jest podstawą niewiedzy. Umysł ograniczony jedynie uznaje *prakriti*, jednakże nie można się obejść bez uznawania *puruszy*, którego istnienie jest koniecznością: „*Purusza* nieodzownie istnieje jako racja skupienia *gun*, jako ich przeciwnieństwo, jako panujący, jak również i jako używający, tudzież ponieważ bieg świata zmierza do wyzwolenia się”. (*Sankhjakarika* 17).

Prakriti zawsze jest przedmiotem, *purusza* zaś podmiotem, czyli panującym. Najwyższe zadanie zarówno refleksji

(sankhji), jak i koncentracji (jogi), to poznanie odrębności dwóch substancyj.

Prakriti, mimo niepodzielności, składa się z trzech gun. Przedmiot może podzielać trojako: w podmiocie wywoływać wrażenie przyjemne, nieprzyjemne, lub obojętne. *Guna* — to czynnik, składnik, własność, przymiot. Gun jest trzy: *sattwam* (dobroć), *radžas* (namiętność), *tamas* (ciemność). W nich widziano trójkę światów starowedyjskich: świat bogów, ludzi, demonów.

„Wzwyż stworzenie obfituje w *sattwam*, w pośrodku przeważa *radžas*, u dołu *tamas*. Stworzenie, od Brahmana począwszy, ciągnie się wzniz aż do źdźbła trawy“. (S-K. 54).

Działaniem *sattwamu* jest jasność, lekkość, w podmiocie objawia się jako dobroć, radość, cnotliwość, czystość, błogość, zadowolenie i t. d. Przeważa w świecie dewów. *Radžas* objawia się: w przedmiocie jako ruch, siła, w podmiocie zaś jako ból, namiętność, czynność, strach, zmartwienie, gniew, zawiść, miłość, nienawiść, podłość, dzikość, chuć i t. d. Przeważa w świecie ludzi. *Tamas* objawia się jako ciemność, ciężkość, bezwład, podmiotowo zaś jako obojętność, chwiejność, przygnębienie, lęk, osłupienie, rozpacz, szal, obłąd, sen, omdlenie, bezwstyd, niechlujstwo i t. d. Przeważa w świecie zwierząt, roślin, kamieni. Świat — to rozwinięcie się, rozczłonkowanie, ustawiczna gra i walka gun. Podobnie jak las się składa z różnych drzew, prakriti się składa z trzech gun. Prakriti, to ich miano zbiorowe. Jedynie *purusza* jest wolny od gun, jedyną jego własnością jest widzenie, czego im właśnie niedostaje. (Guny, jako objawy psychiczne, bez podmiotu nie są czynne.) Istnieje

jedna prakriti, puruszów natomiast nieskończona liczba, ze względu choćby na to, że wyzwolenie się jednego puruszy nie jest wyzwoleniem powszechnem. Gdyby ich liczba była skończona, w ciągu niezliczonych wieków byłyby się wyczerpała. Natomiast prakriti, przyczyna, nie może istnieć w liczbie mnogiej, w takim bowiem razie nie byłoby jednolitego świata. Mimo to każdemu puruszy objawia się jako oddzielna jego prakriti, czyli jako kompleks psychiczny, tak zwane lingam, spojone z żywiołów subtelných. Istnieje tedy nieskończona liczba ciał psychicznych, oblekających się w ciało widzialne, złożone z żywiołów grubych, zewnętrznych, które z chwilą zgonu porzucają niby odzież zużytą, podartą, albo jak chatę, walącą się w gruzy, by się ponownie wcielić. Zrzuciwszy szatę zewnętrzną, lingam na pewien czas ustępuje z widowni, „jak tanecznicą po ukończeniu tańca“, zwiąja się, odbywając pewną inwolucję, aby z następnym występem rozwinąć się na nowo. Każdy purusza jest skojarzony z takim lingamem, którego się nie pozbędzie, dopóki się nie wyzwoli.

„Przez połączenie z nim, lingam nieduchowe jak gdyby się stało duchowem, on zaś, pomimo że to guny są sprawcami, mimo swą bierność, jak gdyby się stał sprawcą.

„Aby purusza ujrzał prakriti a następnie się odłączył, oboje się łączą niby kulawy z ślepym, co jest początkiem stworzenia“. (S-K. 20—21).

Celem pogodzenia wynikających sprzeczności, rozróżniano dwa stany prakriti:

wiaktam, stan jawny, aktualny, natura naturata; *awiaktam*, stan niejawny, potencjalny, natura naturans. Gdy guny

w ciągu walki dochodzą do stanu wzajemnej równowagi, nastaje koniec okresu światowego, *pralaja*, *reabsorbacia*, czyli prakriti wróciła do stanu niejawnego, potencjalnego. Atoli spoczynek ten nigdy nie może być ostateczny, gdyż są dwie przyczyny, które po jakimś czasie guny wytrącają z równowagi i pobudzają do ponownego zmagania się: pierwsza, to obecność nieskończonej liczby puruszów niewyzwolonych, która na prakriti działa „niby magnes na żelazo“, skutkiem czego w jej łonie znowu powstaje popęd nieświadomy, zniewalający do działania rzekomo na ich korzyść, a właściwie w wspólnej sprawie, o czym niżej. Druga przyczyna, to prawo *karmy*, prawo moralnego odwetu, wymagające nagrody za uczynki dobre, kary za złe. Prawo to nigdy nie wygasa, mimo zawieszenia.

„Za przyczynę mając zadanie puruszy, mocą związku między przyczyną a skutkiem, z prakriti wszędzie obecnej wyłania się *lingam*, coraz w innej roli“. (S-K. 42).

Zadanie puruszy, to spożywanie plonów karmicznych, dobrych czy złych, i wyzwalanie się z *sansary*, czyli kołowrotu narodzin i zgonów. Karma sprawia, iż *lingam* nakształt aktora występuje w różnych rolach. Wskutek dwóch tych przyczyn, awiaktam przechodzi w wiaktam. Kolejność przechodzenia jest taka:

Z początku wyłania się *buddhi*, rozum, narząd rozróżniania, sprawdzania, rozstrzygania. Najbliższą ma styczność z puruszą, któremu bezpośrednio przedstawia przedmioty poznania. W *buddhi* znajduje się siedlisko pamięci, wrażeń zaprzesłych, pozostałych z żywotów ubiegłych. W niej leży odwieczny łańcuch przyczyn i skutków karmicznych, prze-

chowyywa się posiew karmiczny w stanie zarodkowym, ona jest bezpośrednią sprawczynią związania, niewoli, jak również i wyzwolenia, gdy purusza wkońcu za jej pośrednictwem poznał: wszystko to nie ja, to nie moje, niema żadnego „ja“ ... Własnością buddhi również są siły nadprzyrodzone, o których mowa w Jogasutrach, wszelako zasłonięte radžasem i tamasem. Ćwiczeniami jogi można usunąć zasłonę, wówczas występuje sattwam, które w niej naogół przeważa.

Z buddhi wyłania się *ahankara*, „sprawca jaźni“, principium individuationis. Czynnością jego jest wywoływanie złudnego pojęcia: ja... moje... To podstawa czynu. W nim przeważa radžas, lecz często zawiera sporą dawkę tamasu. Jogasutry nie wymieniają ahankary, natomiast mówią o *asmicie* (od *asmi*, jestem), jego działaniu egotycznym.

Z ahankary powstaje *manas*, zmysł wewnętrzny, ośrodek zmysłów, bez którego nie mogłyby działać zmysły, których się liczy dziesięć, mianowicie pięć zmysłów poznawczych: wzrok, słuch, powonienie, smak, dotyk, oraz pięć czynnych: mówienie, chodzenie, chwytanie, wydzielanie, płodzenie. Między zmysłami zewnętrznymi a narządem wewnętrznym, złożonym z buddhi, ahankary, manasu, zachodzi ta różnica, że zmysły działają w terażniejszości, gdy tymczasem narząd wewnętrzny może się zajmować również i przeszłością lub przyszłością. Do czynności manasu należy zestawianie oraz przerabianie wrażeń zmysłowych, tudzież przekazywanie wyobrażeń ahankarze, który je indywidualizuje i składa w buddhi, jak również i przyjmowanie postanowień i rozporządzeń buddhi, które wykonywa oddziaływaniem na zmysły. Unieruchomienie manasu, o którym

mowa poniżej, wyłącza tedy zarówno spostrzeganie, jak i działanie.

Nadto z ahankary, równoległe z pięciu zmysłami poznawczymi, jako ich odpowiedniki i przedmioty powstają żywioły subtelne, prażywioły: ogień, eter, ziemia, woda, powietrze. Wzrok jest połączony z ogniem, słuch z eterem (przestrzenią), powonienie z ziemią, smak z wodą, dotyk z powietrzem. Bez połączenia z prażywiołami ognia, eteru, ziemi, wody, powietrza, zmysły nie miałyby połączenia z żywiołami grubymi, zewnętrznymi. Prażywioły są podstawą ciała psychicznego, które bez nich nie miałyby spistości, nie mogłyby odbywać wędrówek. Bez nich byłyoby „obrazem bez płótna“, pojęciem oderwanem. Z prażywiołów powstają żywioły wewnętrzne: ogień, eter (przestrzeń), ziemia, woda, powietrze, którymi się poszczególne lingam otacza jako ciałem zewnętrznym i własnym światem.

Oto schemat tego rozwoju:



Żywioły zatem nie są pierwotnymi składnikami materialnymi, lecz wytworem indywidualnym, zjawiskiem

poходnem, podmiotowem, istniejącem w obrębie poznania. Poznanie zaś polega na pewnej modyfikacji aparatu psychicznego, na jego przeobrażaniu się w pewne przedmioty, ukazujące się w czasie i przestrzeni. Modyfikacje wywołują wibrację żywiołów, które się jakoby układają w formy i kształty, roztaczając świat przedmiotowy. Bez tych modyfikacyj i wibracyj nie spostrzega się nic, nie wyłączając samego siebie t. j. własnego lingamu. Powstrzymanie tego rozwoju przez unieruchomienie manasu, jest zadaniem jogi. Możliwość jego zasada się na tem, że bez uczestnictwa właściwego Ja czyli puruszy, aparat psychiczny wraca na łono prakriti.

Lingamy mają strukturę jednakową, różnica ich polega na układzie i stosunku gun, w nich uosobionych, stosunek zaś ten jest wynikiem czynów, moralnego rozwoju jednostki. Skutkiem uczynków, myśli, uczuć, w buddhi gromadzą się tak zwane *sanskary* czyli osady karmiczne, resztki i zarodki uczynków, załączki, dyspozycje: w następnym żywocie urabiają charakter, a raczej są nim. Charakter i zdolności „wrodzone“, to nabytek poprzednich żywotów. Jednostka indywidualizuje się w swej karmie, sama sobie wytyka i toruje drogę żywota poprzez różne wcielenia. Prawo karmy, czyli moralny związek przyczynowy, wymaga, by każdy uczynek, każda myśl, każde uczucie przedłużało łańcuch żywota. Stosownie do jakości moralnej, będzie to nagroda lub kara. Żaden wysiłek nie ginie bezpłodnie, nie obraca się w nicość, lecz żyje dalej, podnosząc lub obniżając poziom rozwojowy jednostki i świata. Śmierć nie niweczy tej energii, przerażającej się bezustanku. Podobnie jak rolnik zbiera

źniwo z ozimin, zasianych w roku ubiegłym, a zasiewa nowe, by się następnego lata doczekać nowego plonu, również i dusza zbiera plon uczynków żywota ubiegłego a jednocześnie rzuca posiew nowy, by się plonu doczekać w postaci wcielenia następnego. Z osadów karmicznych kiełkuje użycie i cierpienie. Każdy jest twórcą swego losu. Działanie karmy, to wieczny motor, który w ruchu utrzymuje wieczysty kołowrót *sansary*, istotne perpetuum mobile. Zgon, pozorna zagłada, to zrzućcie powłoki, rodzaj lenienia się, pewna dysymilacja *lingamu*. Niema utraty życia, niema unicestwienia. Dusza jest niewolnicą karmy, a jednocześnie jej dzierżycielką. Nie wyzwoli się uczynkami, gdyż czyn za sobą niechybnie pociąga nagrodę lub karę, stanowiąc dalsze ogniwo odwiecznego łańcucha. Wyzwolenie jedynie nastaje wskutek pewnej wiedzy, bo wiedza (*widja*, *wiweka*) stoi poza prawem karmy, jest sprawą duchową. Wyzwolenie się przez wiedzę, to jedyne wyjście poza obręb *sansary*, przyczyną bowiem *sansary*, t. j. niewyzwolenia, w gruncie rzeczy jest niewiedza (*awidja*), mieszająca ducha z duszą, z przedmiotem. Atoli zdobycie wiedzy zbawczej jest rzeczą niezmiernie trudną, wymaga wysiłków nadludzkich, bo przeobrażenia jednostki zaślepionej, egoistycznej, na istotę duchową. By dokonać takiego przewrotu zasadniczego, takiego przeistoczenia, niedość wykładu naukowego o zasadach; trzeba pewnego treningu, tak zewnętrznego, jak i wewnętrznego, któryby stopniowo wyzwalał z pod panowania przyrody i karmy, usuwając przyczynę niewiedzy. Takim treningiem właśnie jest joga, wykładana w *Sutrach Patandżalego*.

Sutrami nazywano pewne urywkowe streszczenia nauk, wykładanych ustnie lub rozsianych po wielu utworach a wskutek tego mniej dostępnych. Sutry, to przewodniki, urywki krótkie, często aż nazbyt lakoniczne, spisane dla pamięci ucznia lub do użytku nauczyciela, który je objaśnia, gdy bez komentarza nie są zrozumiałe lub są niejasne. Sutr uczono się na pamięć, czemu sprzyjała ich zwięzłość, która zresztą komentatorowi niejedną zadaje zagadkę. Brahmasutry, w których nibyto streszczono naukę upaniszadową, byłyby wręcz niezrozumiałe bez słynnego komentarza Sankary.

Jogasutry podzielono na cztery księgi, rzekomo rozprawiające o koncentracji, o sposobach koncentracji, o skutkach koncentracji, o istotnej naturze izolacji. Tymczasem przy szczegółowym badaniu widać, że podział tak na księgi, jak i na przedmioty, całkiem jest dowolny. Według Deussena całość rozpada się na cztery teksty i kilka uzupełnień, które Patandźali zebrał i zestawił. Widocznie są to teksty czterech czy pięciu szkół, spojone mechanicznie. Tekst pierwszy, najkrótszy, snąc najstarszy, ćwiczeniami i wyzbyciem się pragnień każe tłumić działalność mentalną, czyli cofnąć się od istnienia fizycznego, by zabłysnąć czystym duchem. (I, 1—16). Tekst drugi wyklada naukę o samadhi (ekstazie), dzieląc go na niższy i wyższy, i uczy, jak do niego dojść uspokajaniem i unieruchomianiem lingam. (I, 17—51). Tekst trzeci zawiera naukę o plagach, które radzi usuwać rozważaniem nauki Sankhji. (II, 1—28). Tekst czwarty, najobszerniejszy, daje słynną naukę o ośmiu członkach jogi, których rozwinięcie, stosownie do wy-

boru jogina, obdarza różnemi zaletami i siłami magicznemi, w których występuje władza czystego ducha, albo wiedzą wyzwalającą. (II, 29 — III, 55). Na ostatnią księgę składają się różne uzupełnienia, roztrzaskające magiczne skutki, działalność karmy, pojnowanie świata, wyzwolenie.

Jogasutr ogółem jest 194.

T E K S T P I E R W S Z Y

Księga I, 1 — 16. Ogólnikowo się zaznacza, że wytrwale należy dążyć do zupełnego stłumienia czynności lingamu, zrzekając się wszelkich objawów gun, ażeby opadła zasłona zaślepienia, tłumiąca światło rzeczywistego Ja.

1,1. *Oto pouczenie o jodze.*

1,2. *Joga, to uśmierzenie czynności czittamu.*

Jakkolwiek Sutry chętnie się popisują określaniem pojęć, znanych i skądinąd, nieraz nie określają pojęć zasadniczych, zdając to na nauczyciela. Czittam dosłownie znaczy myślenie, rozum, w znaczeniu szerszem obejmuje również i czynniki moralne, słowem oznacza to, co się przeciwstawia puruszy, od czego się powinien wyzwolić. To uduchowione uosobienie gun czyli prakriti, które puruszy towarzyszy jako dusza empiryczna, zasłaniająca jego istotę. Czittam, wskutek działalności gun, odbywa pewne przemiany, a raczej guny w postaci czittamu przemieniają się w uczucia, myśli, wyobrażenia przedmiotowe, dzieje, lecz jedynie przy współdziałaniu puruszy. Odmawiając współdziałania, purusza powstrzymuje przemiany. Przedmiot bez podmiotu przestaje działać.

1,3. *Wtedy nastaje samoistność widza.*

1,4. *Inaczej uczestniczy w istnieniu czynności.*

Po zawieszeniu czynności mentalnych, w prawdziwej istocie występuje purusza, duch, widz, podmiot poznania, dusza absolutna (*Kewala*). Śutry puruszę przeważnie nazywają widzem, gdyż wyłączną jego własnością jest widzenie, przedmiotem zaś widzianym jest prakriti. Twórczość jej pozostaje w stanie nieświadomym, dopóki jej nie oświeci światło duchowe. Wtedy w niej powstaje świadomość empiryczna, ułudna, że to ona widzi, że to ona jest istotną jaźnią, atmanem. On zaś, niby ptak zaplątawszy się w jej sidła, widząc za pośrednictwem jej buddhi, mniema, jakoby on był sprawcą, twórcą, utożsamiając się z tem, co jest jego przedmiotem, czynności czittamu biorąc za własne.

1,5. *Czynności są pięćiorakie, uciskane i nieuciskane.*

1,6. *Otóż one: normy poznania, opaczność, przypuszczenie, sen, wspomnienie.*

Czynności mogą podlegać lub nie podlegać różnym wpływom, od wieków są obarczone niewiedzą, egoizmem, miłością, nienawiścią, przywiązaniem do życia (2, 3), mniej lub więcej bolesne (2, 15). Usunąć ucisk, dojść do bezbolesności, to wstępne zadanie jogi. Rozróżnia się pięćiorakie poznanie: prawdziwe, błędne, wątpliwe, nieczynne, powrotne.

1,7. *Normy poznania, to spostrzeżenie, wnioskowanie, podanie.*

Poznanie czerpie z trzech źródeł. Podstawą jest spostrzeganie, które tworzywo zmysłowe gromadzi do dalszego przetwarzania i uzupełnienia, którym jest wnioskowanie. Wniosek, drogą indukcji i dedukcji, stawia piętro abstrakcji, myślenia filozoficznego. Gotowym wytworem jest podanie; wzmianka o podaniu oznacza, że się uznaje Wedy, i wystarczała, by uniknąć zarzutu herezji i prześladowań ze strony kapłanów.

1,8. *Opaczność, to poznanie błędne, poprzestające na tem, co nie jest istotą rzeczy.*

Opaczne poznanie polega na pozorach. Opaczność duchowi przypisuje własności materji i odwrotnie.

1,9. *Przypuszczenie, to bezprzedmiotowe śledzenie prawdy na podstawie słów.*

Poznanie wątpliwe, to bezpodstawne twierdzenie, urojenie, gołosłowność, której pełno w Wedach, w której celowali brahmani, ubóstwiający Słowo. Aforyzm zwraca się przeciw tym, co zamiast dowodów oczywistych przytaczają bezprzedmiotowe słowa Pisma.

1,10. *Sen, to czynność, która nie wyobraża rzeczywistości.*

Podczas snu (spania) dusza jest czynna bez wyobrażania rzeczywistości. Ani sen, ani zgon nie przerywa czynności, którą może przerwać tylko joga.

1,11. *Wspomnienie, to niezatrącenie pojęcia o przedmiocie.*

Jako ostatnią czynność wymienia się poznanie

wsteczne, powrotne, odtwarzanie pojęć dawniejszych. Na kojarzeniu pojęć zasadza się postęp wiedzy, nauki. Bez takiego niezatracania, poznanie nie miałyby pojęcia o czasie, nie mogłyby poznać nikogo. Poniżej (1,43) jest mowa o wspomnieniu, sięgającym do przeżyć żywota poprzedniego. Na niezatraceniu doświadczeń polegają zdolności wrodzone, cechy dziedziczne, pobudki nieswiadome.

- 1,12. *Uśmierzenie czynności odbywa się przez uprawę i beznamiętność.*
- 1,13. *Wprawa, to usiłowanie wytrwania przy uśmierzeniu.*
- 1,14. *Utrwała się, gdy się je dłuższy czas uprawia z oddaniem.*
- 1,15. *Beznamiętność, to świadome opanowanie jaźni, która przestała pragnąć rzeczy, zarówno spostrzegalnych, jak i przyobiecanych w Piśmie.*

Stanowczem postanowieniem i wytrwałością zaprawiając się do opanowania jaźni niższej, dostępuje się wairagji, beznamiętności t. j. braku przywiązania do życia, do sansary. Beznamiętność czyli wyrzeczenie się (sannjasa) powszechnie uchodzi za konieczny warunek zbawienia. Jedynie po odwróceniu się od doczesności, można nabrać pojęcia o tem, co wieczne, t. j. dostąpić wiedzy zbawczej. Wairagja może być niższa i wyższa, mniej lub więcej zupełna. Wyższa na własne lingam spogląda z taką samą bezstronnością, jak na inne przedmioty, nie pragnie dalszego

rozwoju *sansary*, zupełnie zrywa z *gunami*, zrzekając się również i nagrody zaświatowej. *Sansara* rodzi się z pożądania. niepożądanie jest jego kresem.

1,16. *Niepragnienie gun do szczytu dochodzi u tego, u którego nastąpiło rozświetlenie się puruszy.*

Purusza, wolny od *gun*, wyłącznie posiada jedną własność: widzenie. O nim mówi się jako o czemś świecącym, błyszczącym, gorejącym. *Mokszadharm*a go porównywa z trzema zjawami *Agniego*, mówiąc o joginie: „Natenczas świeci jak lampa, płonąca w miejscu zacisznym; wolny od *lingamu*, nieruchomy, dąży wzwyż niby płomień. Wówczas można oglądać tego, którego widzący nazywa *atmanem* wewnętrznym, przebywającym w sercu; za *puruszę* go należy uznawać tym, którzy myślą tak jak i ja. Niby bezdymny siedmiopłomienny ogień, niby słońce promieniste, niby gorejąca w przestworzu błyskawica, wewnątrz mu się ukazuje *atman*“.

Księga I, 17—51. *Samadhi* (koncentracja, pogrążenie się w sobie, ekstaza, trans) może być niższy i wyższy. Niższy, świadomy, względny, ma cztery stopnie, stosownie do coraz subtelniejszego pojmowania *gun*. Po stłumieniu *samadhi* niższego, świadomego, nastaje wyższy, nieświadomy, czyli bezwzględne oderwanie się od *gun* i zarodków karmicznych; pogrążenie się bezpowrotne.

- 1,17. *Póki mu towarzyszy wątpliwość, namysł, radość, egoizm, samadhi jest świadomy.*
- 1,18. *Nieświadomy zaś, do którego wiedzie ćwiczenie, usmie-
rzające wyobraźnię, wyzbył się przymiotów jaźni.*

Dwa szczyty koncentracji, niższy i wyższy. O wyższym oczywiście słyszymy niewiele, o nim, oprócz w sutrze powyższej, mowa tylko jeszcze w ostatniej tego tekstu, gdzie go nazwano wolnym od zarodu, zresztą tekst zajmuje się niższym, świadomym.

- 1,19. *Świadomy bywa własnością przyrodzoną u tych, którzy się wznoszą ponad cielesność, rozpuszczając ją w prakriti.*

Zdolności wrodzone polegają na rozwoju poprzednich żywotów, są plonem czynów zaprzyszłych. Wyższy

rozwój duchowy rozluźnia związek z gunami. Sankara, w komentarzu do Brahmasutry I, 3, 27, wywodzi, że zdobycze jogi są własnością przyrodzoną bogów. Zapewne tu chodzi o nich i istoty nieziemskie.

1,20. *U innych warunkiem wstępnym są ufność, siła, pamięć, świadome dążenie do samadhi.*

1,21. *Gdy ostro nacierają, samadhi się przybliża.*

1,22. *Są słabi, średni, nadmierni, stąd różnica.*

Brahmanizm do swej nauki zbawczej dopuszcza tylko trzy kasty wyższe: kapłanów, wojowników, lud aryjski, wyłączając czwartą, składającą się z tubylców i mieszanów. Sankhja-Joga natomiast rozróżnia trzy klasy: mało, średnio, wysoko uzdolnionych. Podział taki zresztą poniekąd odpowiadał tamtemu.

1,23. *Można też oddaniem się Iswarze.*

1,24. *Iswara, to odrębny purusza, nie dotknięty ani plagami, ani karmą, ani karmicznymi płonami i osadami.*

1,25. *W nim zaród wszechwiedzy, tkwiący we wszystkich, spotęgował się do nieprzekraczalności.*

1,26. *On to był mistrzem przodków, gdyż jest poza czasem.*

1,27. *Jego oznacza święta zgłoska Om.*

1,28. *Ją więc należy szeptać i zgłębiać.*

1,29. *Tem osiąga się intuicję duchową, nadto usunięcie przeszkód.*

Na sutrach powyższych i kilku w księdze drugiej polega teizm Jogi, którym się różni od ateistycznej Sankhji, nie uznającej istnienia nawet takiego „Pana”. Iswara zresztą i w Jodze ma znaczenie podrzędne, jak od razu widać ze wstępu: „można też...” Zatem również i inną kontemplacją można dojść do ekstazy niższej. Iswara bynajmniej nie uchodzi za Twórcę, gdyż jako czysty purusza nie ma styczności z gunami, ani z karmą. Wzmianki o nim w pierwszej i drugiej księdze mogłyby być przygodną wstawką, gdyż brak związku organicznego z systemem. Iswara wśród innych puruszów odznacza się tem, że jako wieczyście czysty uchodzi za szczyt wszechwiedzy, przeto niezawodnie oświecał natchnionych twórców Wed, wskutek czego ich wiedza równa się wszechwiedzy. Starodawny okrzyk ofiarniczy *Om*, zczasem podniesiony do godności symbolu Wed, symbolu Brahmana, wyrażonego słowem, tedy należy się Iswarze. Od puruszy wyzwolonego Iswara różni się tem, że nigdy nie miał lingam, ani karmy. Ufne zwracanie się do Pana nie może liczyć na doraźną pomoc, kiedy sansarą rządzi wszechwładna karma. Iswara nie może dopomóc do zbawienia, które nie jest połączeniem się z nim, lecz rozbratem z przyrodą, izolacją duchową. Jednakże, myślą wznosząc się ku Niemu, niejako służąc tylko Jemu, można dostąpić wyższego szczebla rozwojowego. Jako najszczytniejszy przedmiot medytacji kontemplacyjnej, Iswara dopomaga do osiągnięcia samadhi niższego. Z powodu jego nieuchwytności, związek

myślowy może być nawiązany przez świętą zgłoskę *Om*, wyraz bez znaczenia dosłownego, który właśnie dlatego doskonale się nadaje do oznaczania nieuchwytniej istności. Częste szepcane zgłoski świętej wytwarza natchnione wibracje, pobudzające do ekstazy. *Om* pogłębiano niemal do nieprzekraczalności, zwłaszcza w Jogaupaniszadach Atharwawedy. (Sanskrycka dwugłoska „o“ równa się dwugłosce „au“, wymawianej jak w języku francuskim). *Om* tedy rozkłada się na $a + u + m$, do którego później dodawano pogłos, albo kilka pogłosów.

„Kwiat lotosu, obejmujący przestwór serca, szypułką do góry, o kielichu zwisającym, w którym jest siedlisko *manasu*: na dźwięk „a“ się rozświetla, na dźwięk „u“ się rozchyła, cicho dźwięczy na dźwięk „m“, a w pogłosie nieruchomieje... Potem, jak w górnym kryształe odbija się światło słońca, w duszy jogina świeci najwyższy duch ożywiający“. (Jogatattwupaniszad 9—11).

O oddaniu się Iswarze mowa jeszcze w s. 2,1 i 2,32, ogólnikowo, jako o niższym szczeblu jogi, natomiast s. 2,45 zapewnia, że z oddania się Iswarze powstaje skończony samadhi.

Ulubionym Iswarą zarówno joginów, jak i we-dantystów teistycznych, jest *Maheswara* (Wielki Iswara), *Mahadewa* (Wielki Bóg), *Sziwa*, Pan śmierci i życia, który uchodził za twórcę jogi, za najwyższego jogina.

Szeptanie i zgłębianie zgłoski świętej również

usuwa różne przeszkody, piętrzące się na drodze do koncentracji, mianowicie chorobę i t. d.

1,30. *Choroba, bezsilność, zwątpienie, zniechęcenie, lenistwo, niepewność, błędne zapatrywanie, brak skupienia i wytrwałości wywołują roztargnienie ducha, mianowicie owe przeszkody.*

1,31. *Ból, smutek, drżenie ciała oraz nierówny oddech towarzyszą roztargnieniu.*

1,32. *Roztargnienie wraz z towarzystwem ustaje przy skupianiu się na czemkolwiek.*

Wymienione przeszkody usuwa się modlitwą, rozmyślaniem pobożnym lub skupianiem się na jakimkolwiek przedmiocie, np. jednym z wymienionych w następnym aforyzmie.

1,33. *Uspokojenie się ducha nastaje przy uprzytomnieniu sobie życzliwości, współczucia, radości, pobłażliwości, względem szczęścia, cierpienia, dobra, zła.*

Myśli ujemne, samolubne, niepokojące, jak zawiść, nienawiść i t. d. należy zastępować dodatnimi: życzliwie rozmyślać nad cudzym szczęściem, współczuć z niedolą, radować się dobrem, pobłażać złu.

1,34. *Można też oddychaniem świadomem.*

Ponadto jest sposób mechaniczny: oddychanie spokojne, równomierne, rytmiczne. W późniejszych podręcznikach o jodze, zwłaszcza o Hathajodze, od-

dychanie na różne sposoby zajmuje miejsce naczelne a pono zapewnia uzyskanie niemal wszystkiego, czego dusza zapragnie. /

1,35. *Także czynność, skierowana ku rzeczom duchowym, w pomysłnym razie utrwała uspokojenie.*

1,36. *To samo czyni usposobienie bez troski, pełne światła, dobroci.*

1,37. *Lub rozmyślanie nad rzeczami beznamiętnymi.*

1,38. *Lub rozpamiętywanie snu i snów.*

1,39. *Albo jakakolwiek medytacja.*

Spokój musi być trwały. Duch powinien się wznieść ponad troski i żądze obecnego wcielenia, żyć w świecie myśli, skupiać się, rozwijać sattwam. Niech się zastanawia nad istotą snu, „brata śmierci“, niech rozbiera sny, powstałe z wrażeń ukrytych, podobnie jak dalsze żywoty wyrastają z wrażeń zaprzeczonych, utajonych w buddhi. Wskutek wyłączenia wpływów zewnętrznych podczas snu, duch skupiony spoczywa lub wyobraża wrażenia ukryte. Koncentracją umyślną można to wywołać na jawie. — Uspokojenie i jego utrwalenie w tekście czwartym występuje jako „powściągnięcie zmysłów“ i „spętanie manasu“, po czem następuje medytacja, życie oderwane.

1,40. *Wtedy duch opanował świat zmysłowy.*

1,41. *Po uśmierzeniu czynności wewnętrznej, poznawca, po-*

znanie i świat poznawany wzajemnie się przenika i zlewa w jedno, niby światło kryształu; oto samapatti.

Poznanie przestało wyobrażać oddzielne przedmioty czy żywyoty. Poznawca siebie przestał odróżniać od poznawania. Przedmiot stał się czystą myślą. Zatarła się różnica między podmiotem a przedmiotem.

- 1,42. Jeśli ją przy rozbieraniu znaczenia wyrazów jeszcze obarczają różne przypuszczenia, samapatti zowie się: obarczoną wątpieniem.
- 1,43. Zowie się: wolną od wątpienia, gdy tylko sam przedmiot się ukazuje, bez budzenia się wspomnień i myśli o sobie.
- 1,44. Takież jest i wyjaśnienie samapatti, obarczonej namysłem lub wolnej od namysłu, z tem zastrzeżeniem, że ta dotyczy przedmiotów subtelnych.
- 1,45. Przez rzecz subtelną wkońcu rozumie się to, czemu brak znamion.
- 1,46. Taki to samadhi zarodkowy.
- 1,47. Skoro dojrzała samapatti, wolna od namysłu, nastaje uspokojenie się właściwego Ja.
- 1,48. Wtedy świadomość dostępuje prawdy.
- 1,49. To już nie poznanie, poczęte z objawienia i wniosku, które ma przeznaczenie inne, lecz intuicja, bo ma przedmiot inny.

1,50. Wrażenie stąd powstałe przytłumia wrażenia inne.

Po uniezależnieniu się od świata zmysłowego, stopniowo wysubtelnia się pojęcie o własnej materialności czy materializacji, które, po wyzbyciu się niepewności i namysłu, najlotniejszych objawów czytamu, wkońcu dochodzi do intuicyjnego przeświadczenia, że tamto jest prakriti, z którą nie ma nic wspólnego. Zacierają się wrażenia karmiczne, zaciera poczucie nieduchowego „ja“, rozplywając się w prakriti wraz z wiedzą doczesną, opartą na Wedach i rozumowaniu, pozostaje intuicyjne wyobrażenie o czemś przedmiotowym, co nie ma znamion. Związek taki z przedmiotem, jakkolwiek możliwie subtelny, jeszcze nie unicestwia zarodków karmicznych, bo nie przestał być związkiem. Mimo wzniesienia się szczytnego, nie wykracza poza obręb sansary. Gdy samadhi zarodkowy minie, jogin wraca na plan niższy; jeśli w tym stanie umiera, czeka go ponowne wcielenie.

1,51. Gdy również i ten samadhi uśmierzone, z uśmierzenia ogólnego powstaje samadhi wolny od zarodu.

Księga II, 1—27. Joga praktyczna, to oczyszczenie, wzniesienie, złączenie się z Najwyższym; pomaga do usunięcia przeszkód na drodze do samadhi. Głównie jednak należy pracować nad usuwaniem niewiedzy, przeszkody zasadniczej a zarazem przyczyny sansary. Praca nad sobą oraz medytacja stopniowo usuwa niewiedzę. Wkońcu nastaje *kaiwaljam* czyli izolacja puruszy, który w istocie jako absolut (Kewala) wcale nie jest skojarzony z prakriti, lecz tylko pozornie uczestniczy w emocjach i wędrówkach lingamu. Przy jego wyzwoleniu się, prakriti również się wyzwala, lecz nie na wiele to się jej przydaje, bo niewiedza dalej trwa u innych.

- 2,1. *Asceza, nauka wedyjska, oddanie się Iswarze, to Kri-jajoga.*
- 2,2. *Zmierza do przysparzania samadhi, mierza do osłabiania plag.*

Asceza, nauka kapłańska, oddanie się Bogu, to joga czynu, joga popularna, praktyka wstępna, zmierzająca do osłabiania popędów i pokonania ułomności wrodzonych, które duszę obarczają niby plagi, mniej lub więcej uciskające. Wstęp ten jest zdawkowem

uznaniem brahmanizmu. W dalszym ciągu nie mówi się o Krijajodze, natomiast rozwija się naukę o plagach, następnie nagłym zwrotem nawiązując do nauki Sankhji o połączeniu puruszy z prakriti i jego izolacji.

- 2,3. *Plag jest pięć: niewiedza, egotyzm, miłość, nienawiść, przywiązanie do życia.*
 - 2,4. *Niewiedza, to podstawa plag następnych, bez względu na to, czy są uspione, słabe, niezgodne między sobą, czy rozwinięte.*
 - 2,5. *Niewiedza powstaje, gdy się to, co jest przemijające, nieczyste, cierpiące, co nie jest właściwem Ja, bierze za wieczne, czyste, radosne, za właściwe Ja.*
 - 2,6. *Egotyzm, to utożsamianie władz widza a rzeczy widzianej.*
 - 2,7. *Na rozkoszy polega miłość.*
 - 2,8. *Na cierpieniu nienawiść.*
 - 2,9. *Wiązanie się z ciałem celem użycia, zachodzące również i u mędrca, to przywiązanie do życia.*
- Plagą zasadniczą, źródłem cierpienia, jest niewiedza, *avidja*. Na niewiedzy polega życie jednostkowe, błędne mniemanie, jakoby właściwe Ja polegało na gunach, opaczne mieszanie podmiotu z przedmiotem.
- 2,10. *Plagi, o ile są drobne, nieświadome, należy pokonywać usiłowaniami poskramiającym.*
 - 2,11. *O ile zaś rozwinięte, medytacją.*

- 2,12. *Plagi są korzeniem osadu karmicznego, za który się pokutuje w żywocie obecnym, albo następnym.*
- 2,13. *Dopóki jest taki korzeń, jako dojrzewanie osadu powstaje wcielenie, długość żywota, użycie.*
- 2,14. *Plonem jest użycie i cierpienie, stosownie do tego, czy przyczyną było dobro, czy zło.*

Plagi są źródłem karmy, moralnego związku przyczynowego. Dusza, dotknięta plagami, nadto jest obciążona wewnętrznymi skutkami dawnych czynków. Zasób skutków, nazywany bądź resztkami czynów, osadem, nasieniem karmicznym, bądź wrażeniami wrodzonymi, usposobieniem, jako dorobek i dziedzictwo przechodzi na następne wcielenie, będąc jego przyczyną, przeznaczeniem, ustanawiając jakość narodzin, czas trwania żywota, jego stronę bierną, stosownie do zasługi. Czynną zaś stroną tego żywota dusza gromadzi nowy zasób skutków, które w przyszłości staną się przyczynami i t. d., dopóki nie podetnie korzenia sansary, t. j. nie unicestwi plag.

- 2,15. *Z powodu cierpień, rodzących się bądź z niestałości rzeczy, bądź z obawy oraz wrażeń zaprzyszłych, tudzież ponieważ czynności gun wzajemnie się zwalczają, dla mędrca wszystko jest cierpieniem.*
- 2,16. *Cierpienie przyszłe należy udaremnić.*

Sankhjakarika zaczyna się od słów: „Napór trójcy cierpień pobudza do szukania sposobu ich odparcia“.

Cierpienie powstaje bądź z własnej, bądź z cudzej winy, lub tkwi w istocie rzeczy. Brihadaranjaka głosi: „Co nie jest atmanem, cierpi“, czyli cierpieniem jest *maja*, ułuda kosmiczna, wielkie zaślepienie, zanieczyszczenie ducha. Mędrzec sobie zdaje sprawę z ogromu cierpień i cierpi na samą myśl o nich, oraz o tem, że się wszystko do nieskończoności powtarza... Odpokutować trzeba za wszystko, co się zawiniło, bo posiew karmiczny niechybnie dojrzewa, wydając plon zasłużony. Jedynie cierpienia przyszłego, jeszcze nie zasłużonego, można się ustrzec, usuwając przyczynę.

- 2,17. *Przyczyną cierpienia jest połączenie widza z przedmiotem.*
- 2,18. *Przedmiot jaśnieje, działa, drętwieje, składa się z żywiołów i zmysłów, zmierza do używania i wyzwolenia.*
- 2,19. *Żywioły grube, zmysły, manas, żywioły subtelne, ahankara, buddhi, ukońcu to, co nierozwinięte, to rozczłonkowanie się gun.*
- 2,20. *Widzem jest ten, który jest samem widzeniem a nibyto widzi wyobrażenia, sam będąc czysty.*
- 2,21. *I to jest jedyne przeznaczenie istoty widzialności.*

Źródłem cierpienia jest połączenie ducha z lingamem. Skutkiem połączenia, lingam jaśnieje sattwamem, działa radżasem, drętwieje tamasem, by spożywać plon karmiczny i dręczyć się w wieczystym kołowrocie, w odmęcie zaślepienia; nic przeto dziwnego,

że napowrót zmierza do izolacji. Widz zaś, jakkolwiek sam w sobie czysty, t. j. nie dotknięty ani gunami, ani plagami, ani karma, również nibyto widzi i cierpi wszystko za pośrednictwem buddhi a również nibyto zmierza do zerwania połączenia nieszczęsnego. Dwa te pierwiastki zasadnicze, purusza i prakriti, właściwie wzajemnie się wyłączają, są tak odrębne, że ich skojarzenie może być tylko pozorne, polegające na złudzeniu, niewiedzy. Gdyby było rzeczywiste, nie mogłoby być usuwane.

- 2,22. *Dla puruszy, który dopiął celu, prakriti się unicestwia, a jednak się nie unicestwia, bo istnieje dla wszystkich niewyzwolonych.*

Widz wyzwolony odłączył się od lingam, które się bezpowrotnie rozplywa w chaosie. Dla niego się prakriti jak gdyby unicestwiła. Ona zaś w tym wypadku coprawda dostała wyzwolenia, ale jeszcze pozostaje nieskończona liczba niewyzwolonych lingamów, któremi się musi trudzić bez końca. Wyzwalanie się jak i związanie polega na niewiedzy.

- 2,23. *Przyczyną, że się istność posiadanego (lingamu) spostrzega zapomocą władz zarówno posiadanego, jak i posiadacza, jest ich połączenie.*

„Przez łączenie się z duchem, ciało nieduchowe jak gdyby się staje duchowe, on zaś, mimo bezczynność, jak gdyby się staje sprawcą. (Sankhja-rika 20).

Połączenie zachodziło zawsze, wszak nigdy nie mogło powstać, w takim bowiem razie mogłoby wy-

stąpić na nowo również i po zdobyciu wyzwolenia, które w takich warunkach byłoby zwodnicze.

2x

2,24. *Przyczyną połączenia jest niewiedza.*

„Tak jak ryba wskutek niewiedzy nie spostrzega różnicy między siecią a wodą, purusza wskutek niewiedzy nie spostrzega swej odrębności“. (Mahabharata).

2,25. *Gdy ustąpiła, niema połączenia, natomiast jest wolność, czyli k a i w a l j a m widzenia.*

2,26. *Wolności tej dostępuje się niezakłóconem poznaniem odrębności.*

2,27. *Poznanie jej najwyższe jest siedmiorakie...*

Usunięciem awidji jest wiweka, poznanie odrębności, wiedza odróżniająca. Siedmiorakość, według komentarzy, polega na tem, 2e 1) wszystko poznano, 2) niema dalszego celu, 3) pokonano plagi, 4) osiągnięto wiwekę, 5) buddhi dopięła celu, 6) guny są pokonane, 7) samadhi jest skończony.

Księga II, 28—55, III, 1—55. — Joga składa się z ośmiu członków, któremi są:

- 1) *Jama* (karność, dyscyplina), czyli przykazania co do zachowywania się wobec innych;
- 2) *nijama* (przestrzeganie prawideł, samodyscyplina), czyli prawidła moralne jogina;
- 3) *asana*, prawidłowa postawa;
- 4) *pranajama*, prawidłowe oddychanie;
- 5) *pratjahara*, powściągnięcie zmysłów zewnętrznych;
- 6) *dharana*, unieruchomienie zmysłu wewnętrznego;
- 7) *dhjanam*, rozmyślanie;
- 8) *samadhi*.

Dharana, dhjanam, samadhi, to członki wewnętrzne. Ich zjednoczenie, to *sanjama*, wszechopanie. Użycie sanjamy daje magiczną władzę i wiedzę. Wszelako jogin, spragniony wyzwolenia, zrzeka się władz nadludzkich i zdobywa najwyższy szczyt samadhi: *kaiwaljam*, izolację, absolut, bezwzględne oderwanie się od lingamu, odosobnienie *kewały*, duszy absolutnej.

- 2,28. *Rozwijaniem członków jogi usuwa się nieczystość; poznanie rozwidnia się aż do rozeznania różnicy.*

Duch jest zanieczyszczony gunami, plagami, kar-

mą. Rozwijaniem członków (stopni, stanów, planów) jogi stopniowo usuwa się skazy, przeszkody, zaśłony, aż zablyśnie wiweka.

- 2,29. *Jama, nijama, postawa, prawidłowe oddychanie, powściągnięcie, spętanie, rozmyślanie, samadhi, oto osiem członków.*
- 2,30. *Jama, to nieszkodzenie, prawdomówność, niekradzenie, czystość ucznia brahmańskiego, nieposiadanie.*
- 2,31. *To Wielki ślub, obowiązujący na wszystkich stopniach, bez względu na kastę, miejsce, czas, okoliczności.*
- 2,32. *Nijama, to czystość, przestawanie na małym, asceza, nauka, oddanie się Iswarze.*
- 2,33. *Niepewność należy tłumić myślą o przeciwieństwie, a świadomość nabierze pewności.*
- 2,34. *Rzeczy niepeune, jak uszkodzenie i t. d., bez względu na to, czy się je spełniło, spowodowało, czy tylko pochwaliło, czy były następstwem pożądlivości, złości czy zaślepienia, czy są lekkie, średnie, czy nadmierne, płonem ich do nieskończoności bywa cierpienie i nieznanie, przeto świadomie należy wytwarzać ich przeciwieństwo.*

Gdy jogin nie ma pewności, jak sobie postąpić, np. czy się godzi zabijać zwierzę ofiarne, czy nie, niech pomyśli o przeciwieństwie t. j. o niezabijaniu, a przekona się, iż lepiej trzymać się niekrzywdzenia. Szkodzenie, kłamanie, nieczystość, kradzenie, posia-

danie rodzi cierpienie i ciemnotę bez końca, przeto przestrzega nieszkodzenia i t. d.

- 2,35. *Gdy wytrwale spełnia ślub nieszkodzenia, wśród otoczenia powstaje zaniechanie waśni.*

Stałe niekrzywdzenie istot przeistacza się w dobrotliwość wzajemną, tak dalece, że przy zetknięciu się z joginem pono i dziki zwierz łagodnieje.

- 2,36. *Gdy wytrwa przy prawdomówności, doczeka się tregoż plonu, co i z ofiar.*

T. j. ziszczenia się życzeń. Jako niezamożny nie może składać ofiar.

- 2,37. *Gdy trwa przy niekradzeniu, zjawiają się różne skarby.*

- 2,38. *Gdy zachowuje czystość ucznia brahmańskiego, zjawia się mężność.*

- 2,39. *Gdy stale obstaje przy nieposiadaniu, odslania mu się związek między ucieleniami.*

„Podobnie jak osoby o dobrym wzroku w ciemności jeszcze dostrzegają tu i owdzie znikającego świetlika, rzecz się ma i z tymi, którzy widzą wzrokiem duchowym; doskonali ci okiem boskiem widzą duszę w każdym jej położeniu, zarówno gdy opuszcza ciało, jak i wtedy, gdy wstępuje do łona macierzyńskiego, by się wcielić“. (Anugita 17, 32—33).

- 2,40. *Z czystości powstaje odraza do własnego ciała i nie-dotykanie innych,*

- 2,41. *tudzież oczyszczenie sattwamu z innych gun, usposobienie pogodne, skupienie, poskromienie zmysłów, nastrój stosowny do ujrzenia atmana.*
- 2,42. *Poprzestanie na małym, pociąga za sobą błogość niezrównaną.*
- 2,43. *Z ascezy, wskutek umorzenia nieczystości, wyłania się magiczna doskonałość ciała i zmysłów.*
- 2,44. *Z nauki powstaje połączenie się z umiłowaniem bóstwem.*
- 2,45. *Skończony samadhi z oddania się Iswarze.*

Sumienne przestrzeganie dekalogu, złożonego z jamy i nijamy, wystarczy, by zdobyć wszelakie cnoty, zalety i cele, nawet z pewną nadwyżką, całkiem zbyteczną, np. w postaci skarbów, których przecież posiadać nie wolno, ani nie trzeba, łącząc się z bóstwem (dewatą). Drogą pobożności można dostąpić doskonałości również i bez następnych ćwiczeń, których zadaniem jest nabycie bądź cudownych własności, bądź wiedzy wyzwalającej, jakkolwiek „wielki ślub“ i nadal nie przestaje obowiązywać.

- 2,46. *Przyczem niech siedzi mocno i wygodnie,*
- 2,47. *zwalniając naprężenia a myślą wznosząc się w nie-skończoność.*
- 2,48. *Wtedy zjawia się nieczulość na przeciwności.*

Pierwsze właściwe ćwiczenie zaczyna się od zaj-

mowania stosownej postawy, a raczej od prawidłowego siedzenia. Podczas gdy się później wysilano na wynajdywanie najrozmaitszych postaw zarówno siedzących, jak i stojących i leżących, odróżniając do 84 i więcej „pozytur“, po większej części możliwie uciążliwych i przewrotnych, sutry Patandżalego zalecają postawę siedzącą, wygodną, by w niej jak najdłużej móc przebywać bez przerwy, aż się zatraci świadomość cielesna a nastanie nieczułość na przeciwieństwa zimna i ciepła, przyjemności i bólu i t. d.

- 2,49. *Poczem, jako hamowanie wdechu i wydechu, następuje oddychanie prawidłowe.*
- 2,50. *Czynność ta, to kierowanie tchu na zewnątrz, na wewnątrz i zatrzymywanie, wykonywa się rozważnie, stosownie do miejsca, czasu, liczby, przeciągle, łagodnie.*
- 2,51. *Przejęcie się rzeczą zewnętrzną lub wewnętrzną, to rodzaj czwarty: śledzenie bez tchu.*
- 2,52. *Takie poczwórne oddychanie prawidłowe odslania światło wewnętrzne,*
- 2,53. *tudzież sprawia, że manas nadaje się do spętania.*

Jeszcze tu niema różnych kombinacyj i nazw sposobów oddychania, o których rozprawia późniejsza praktyka. Oddychanie prawidłowe ma na celu opamiętanie ciała, uduchowanie. Wyzwała się sattwam, światło buddhi, manas zaś, zmysł wewnętrzny, uspokaja się tak dalece, że może nastąpić powściągnięcie zmysłów zewnętrznych.

2,54. *Gdy zmysły przestały się łączyć z przedmiotami swemi, cofając się w głąb manasu, mówi się o powściągnięciu zmysłów.*

2,55. *Następstwem jest zupełne ujarzmienie zmysłów.*

Zmysły poznawcze odrywają się od prażywiołów, cofając się niby członki żółwia. Pozbawione połączenia z przedmiotami, manas nieruchomieje.

3,1. *Unieruchomienie manasu, oto spętanie.*

3,2. *Teraz, po skupieniu wyobraźni, następuje rozmyślanie.*

3,3. *Jeśli jest czystem odbiciem przedmiotu, bez domieszki świadomości, nazywa się samadhi.*

3,4. *Zjednoczenie spętania, rozmyślania i samadhi, oto sanjama.*

3,5. *Jego nabycie daje światło zrozumienia.*

3,6. *Użycie zaś odpowiada stopniom.*

Wskutek sanjamy (wszechdyscypliny) wzmaga się światło wewnętrzne a równocześnie przybývają własności magiczne. Od rozwoju jogina zależy, czy się nimi będzie posługiwał. czy dążył dalej.

3,7. *Spętanie, rozmyślanie, samadhi, oto członki wewnętrzne, w porównaniu z poprzednimi.*

3,8. *Ale i one są zewnętrzne w porównaniu z samadhi wyższym, wolnym od zarodu.*

- 3,9. *Pokonanie jawy oraz wystąpienie stanu uśmierzenia z chwilą uśmierzenia się czittamu, to akt uśmierzenia.*
- 3,10. *Czittam teraz jest uciszone, uspokojone.*
- 3,11. *Unicestwienie krzątaniń czittamu i ukazanie się skupienia, to akt pogrążania się.*
- 3,12. *Oba te akty czittamu, o ile występują równo silnie, składają się na akt koncentracji.*
- 3,13. *Tem co do żywiołów i zmysłów objaśniono przeistoczenie ich własności, oznak, stanów.*
- 3,14. *Podmiot ich tymczasem przebywa w stanie uspokojonym, wzniesionym, lub niewysłowionym.*
- 3,15. *Zbaczanie z ich kolejności wywołałoby zboczenie przemienienia.*

Powyższe trzy akty, trudno uchwytnie, oznaczają spotęgowanie sanjamy. Teraz jogin, spragniony gun, może zostać niebywałym magiem, jeśli wziąć dosłownie, co również mogłoby mieć znaczenie prze-nośne, by uzmysłwić istotę puruszy, nieskrępowanego gunami.

- 3,16. *Sanjama, udoskonalony trzema aktami przeistoczenia daje wiedzę rzeczy minionych i przyszłych.*
- 3,17. *Jeśli się przy rozbieraniu słów czy pojęć miesza jedno z drugim, powstaje zamieszanie; jeśli się przy ich rozróżnianiu stosuje sanjamę, rozumie się głosy zwierząt.*

- 3,18. *Uprzytomnianie sobie rysów charakteru, daje znajomość żywota poprzedniego.*

Charakter, to rodzaj pamiętnika, w którym można śledzić pochodzenie i dzieje jednostki. Sanskary, to jakby ślady dawnych przeżyć.

- 3,19. *Stosowanie sanjamy do wyobrażenia o innym, daje znajomość jego czittamu.*
- 3,20. *Wszelako w niej się nie mieści i jego przedmiot, ten bowiem nie był przedmiotem sanjamy.*
- 3,21. *Stosowanie sanjamy do własnej formy cielesnej, wskutek tego, że niema ciągłości między okiem a widzialnością, co daje możność powsirzymywania widzenia cudzego, wywołuje uniewidzialnienie się jogina,*
- 3,22. *Bez względu na to, czy jaki czyn z poprzedniego wcielenia już rozpoczął wydawać plon, czy nie, wskutek zastosowania doń sanjamy następuje znajomość ostatecznego kresu żywota, co można obliczyć również i na podstawie znaków zwiastujących.*

Poszczególny żywot, to ścisły wynik karma. nagromadzonej w ubiegłym. Znając jej zasób jeszcze nie wyczerpany, można obliczyć, ile jeszcze czasu trzeba będzie żyć.

- 3,23. *Skierowany na przyjaźń, współczucie, radość, pobłażliwość, daje siły nadludzkie.*
- 3,24. *Skierowany na siły zwierząt jak słonia i t. p., daje takż siłę.*

- 3,25. *Skierowany na rozpamiętywania czynności uduchowionej, daje znajomość tego, co subtelne, ukryte, dalekie.*
- 3,26. *Skierowanie sanjamy na słońce, daje poznanie wszechświata.*
- 3,27. *Skierowanie na księżyc, daje wiedzę o rozmieszczeniu gwiazd.*
- 3,28. *Skierowany na gwiazdę polarną, daje wiedzę o ich krążeniu.*
- 3,29. *Skierowany na splot słoneczny, daje wiedzę o urządzeniu ciała.*

Splot słoneczny, jeden z idealnych lotosów wewnętrznych, oznacza ośrodek ciała.

- 3,30. *Skierowany na jamę gardłową, daje zaspokojenie głodu i pragnienia.*
- 3,31. *Skierowany na żyłę żółwiową, wywołuje stężenie ciała.*
- Kurmanadi, arterja poniżej krtani, regulująca oddychanie.
- 3,32. *Skierowany na światło w głowie („otwór Brahmana“), daje oglądanie niebian.*
- 3,33. *Skierowany na intuicję, odrazu daje wszystko.*
- 3,34. *Skierowany na serce, daje świadomość własnego czittamu.*

Serce uchodzi za siedzibę manasu.

- 3,35. Nieodróżnianie wyobrażeń prakriti od puruszy, mimo zasadniczą ich różnicę, oto związanie; skierowanie sanjamy na korzyść własną (t. j. puruszy), różną od korzyści cudzej (t. j. prakriti), daje poznanie puruszy.
- 3,36. Z tego powstają bezpośrednie spostrzeżenia nadmysłowego słuchu, czucia, wzroku, smaku.
- 3,37. Podczas samadhi są to przeszkody, jakkolwiek to na jawie doskonałości.
- 3,38. Po rozluźnieniu się przyczyny związania oraz wskutek znajomości przejścia, następuje wejście czittamu do cudzego ciała.
- 3,39. Pokonanie „udany“ sprawia, że w wodzie, szlamie, cierniach i t. d. jogin nie ginie, lecz wychodzi cało.
„Udana“, to wzdech, który z ciała unosi życie.
- 3,40. Pokonanie „samany“ sprawia, że się postać rozświetla.
„Samana“, to wszechchnienie a zarazem żar wewnętrzny.
- 3,41. Sanjama skierowany na połączenie między słuchem a eterem, daje słuch niebiański.
Słuch stale jest połączony z eterem (przestrzenią), przewodnikiem dźwięku.
- 3,42. Sanjamę skierowawszy na połączenie między ciałem a przestworzem, staje się jako lekka bawełna i chodzi w powietrzu.

- 3,43. *Stan, kiedy ustał wszelki wpływ zewnętrzny, nazywa się Wielkim wzniesieniem się ponad ciało; z niego wynika unicestwienie się zaćmienia światła.*

Wielkie wzniesienie się ponad ciało: mahawideha; p. 1, 19.

- 3,44. *Sanjama względem grubości, jakości, lotności, zależności od gun, celowości pięciu żywiołów, daje opanowanie żywiołów.*

Żywioł ma pięć przymiotów czy stanów: formę grubą, widzialną, pewną własność stałą, podkład subtelny prażywiołu, pewien układ gun oraz odrębne przeznaczenie. Żywioł, to właściwie suma tych pięciu stanów, nadto bowiem niczem się nie odznacza.

- 3,45. *Stąd powstaje niezmierna (1) drobność, (2) wielkość, (3) lekkość, (4) ciężkość, (5) wszechstyczność, (6) spełnianie się życzeń, (7) świetność boska, (8) panowanie, tudzież doskonałość ciała i nienaruszalność jego przymiotów.*

„Gdy odpada [ciało fizyczne], jogin, wyzuwszy się zeń, staje się takim, że wskutek jogi, dającej ośmiorką doskonałość [drobność atomu, lekkość, wielkość, wszechzestknięcie, spełnienie życzeń, wszechpanowanie, siłę twórczą, wszechprzenikanie], radośnie przebiega światy. Albowiem w Wedach mędrcy oświadczają, że joga użycza ośmiu doskonałości, ale tylko ciału subtelnemu przyznaje się te osiem doskonałości, nie zaś fizycznemu“. (Mahabharata).

- 3,46. *Doskonałość cielesna zaznacza się urodą, powabem, siłą, niepożytością diamentową.*
- 3,47. *Sanjama względem percepcji, jakości, asmity, zależności od gun, celowości zmysłów, daje opanowanie zmysłów.*

Podobnie jak żywioły, również i zmysły się składają z pięciu przymiotów czy stanów. Asmi = jestem: asmīta = egotyzm.

- 3,48. *Stąd powstaje szybkość błyskawiczna, istnienie i bez narządów, opanowanie sił przyrody.*
- 3,49. *Skoro uzyskano jasność co do różnicy między sattwamem a puruszą, ma się zwierzchnictwo nad wszelkim bytem i wszechwiedzę.*
- 3,50. *Gdy się i do tego już przestało lgnąć, po unicestwieniu nasienia grzechu, nastaje ka i w al j a m.*
- 3,51. *Gdyby go kusily istoty wyższe (niebianie), niechaj się strzeże skłonności i pychy, stąd bowiem ponownie mogłaby wyniknąć rzecz niepożądana.*

Następstwem zdobyczy magicznych jest przesyt i rozczarowanie. W samej rzeczy przymioty cudowne i cuda nie są dziełem jogina, lecz przelotnym epizodem gry i walki gun, działaniem prakriti i karmy. dla jednostki zaś stanem pasywnym, biernym, cierpieniem, plątanieniem się w mroczkach niewiedzy, przeszkodą na drodze najwyższej. Gdy nie staje posiewu karmicznego, dusza przestaje lgnąć do świata zjawisk.

- 3,52. *Sanjama względem momentu czasu i jego kolei, daje poznanie, wynikające z rozróżniania.*
- 3,53. *To zaś odróżnia rzeczy, równające się sobie tak dalece, że ich różnicy co do rodzaju, oznak i miejsca wyraźnie nie można określić.*
- 3,54. *Ocalająca, wszystko obejmująca, obejmująca bezwzględnie, bezpośrednio, taka jest wiedza, wynikająca z rozróżniania.*
- 3,55. *Po wyklarowaniu się zarówno sattwami, jak i puruszy, nastaje k a i w a l j a m.*
-

Księga IV daje pewne wyjaśnienia co do magicznego rozdwojenia osobowości, działania karmy, pojmowania świata, istoty ducha, wreszcie kilka szczegółów o wzwoleniu ostatecznym i następstwach widzialnych.

- 4,1. *Własności nadprzyrodzone mogą polegać na darze wrodzonym, ziołach leczniczych, zaklęciach, ascezie, wreszcie zaś, jak u jogina, na samadhi.*

Wyraźne napomknienie, że powinien lekceważyć i innym zostawić to, czego dostąpi również i sposobem pospolitym.

- 4,2. *Przyczem przeistaczanie się w ciało inne powstaje wskutek pełni nadmiernej istoty własnej.*

Albo: przepostaciowanie się w inną kastę, lub w niebianina, powstaje wskutek przelania się jego prakriti.

- 4,3. *Karma żywota poprzedniego u jogina nie jest twórczynią, ale może się przysłużyć pokonywaniem przeszkód, tak jak u rolnika.*

Dar wrodzony, jako wytwór żywota poprzedniego, ulega wyczerpaniu, przymioty zaś jogina uchodzą za

nabytek trwalszy. Jednakże i jego czyn zaprzeszy nie może przepadać bez wywarcia skutku, przeto mu ubocznie pomaga torowaniem szlaku. Podobnie przy nawadnianiu pola woda się przyczynia do wzrostu roślin, nie będąc jego przyczyną, albo: tak jak rolnik wodzie drogę toruje usuwaniem przeszkód, tak i karma pomaga joginowi.

- 4,4. *Czittamy, wytwarzane przy rozmnażaniu ciała, wyłącznie pochodzą z jego jaźni.*
- 4,5. *Przy odrębności czynności tych ciał nowopowstałych, czittamem pobudzającym jest to pierwotne.*
- 4,6. *Przyczem czittam, wytworzone medytacją, nie ma osadów karmicznych.*

Jogin ze swego ahankary kieruje swemi tworam i czy sobowtórami, sztuczne im dając czittam, nie mające osobistej karmy. Żyją jego życiem, zanikają za jego wolą, on jest ich stwórcą... Właściwie to on sam; to jeno rozliczne jego aspekty, jego pomysły. Na kogo zatem spada ich wina czy zasługa? Okazuje się, że na nikogo. Karma ich nie jest rzeczywista, bo sztuczna.

- 4,7. *Czyn jogina nie jest ani biały, ani czarny, gdy tymczasem u innych bywa trojaki.*

Czyn jogina-maga stoi poza dobrem i złem, nie ma skutków karmicznych, sam nie będąc skutkiem osadu karmicznego. Zwykła czynność jogina, wyzwo-

lonego od konieczności ponownego wcielania się, również nie wywołuje następstw karmicznych, zjawia się bowiem poto, by wyczerpać osad karmiczny, uwalniając od nieuniknionego dziedzictwa.

- 4,8. *Z czynów w żywocie następnym powstają takie tylko objawy osadów karmicznych, jakie odpowiadają ich dojrzałości.*

Wcielenie rozwija się w miarę dojrzewania plonu czynów zaprzyszłych. Gdy się odziedziczony zasób karmiczny wyczerpuje, następuje zgon.

- 4,9. *Jakkolwiek je oddziela narodzenie, czas, przestrzeń, jednakowoż między nimi zachodzi ciągłość, osady bowiem ukrywają się w pamięci bezwiednej.*

Charakter, to wrodzone wspomnienie, utrwalony dorobek czynów zaprzyszłych, obecnie działających nieświadomymi pobudkami, popędami. Ananke moralna w stanie zarodkowym spoczywa w anamnesis; stąd wysuwają się dalsze ogniwa przyczyn i skutków odwiecznego łańcucha.

- 4,10. *Są bez początku, ponieważ wola, w nich się objawiająca, jest odwieczna.*
- 4,11. *Ponieważ się osady karmiczne składają z praprzyczyny (woli), plonu (czynu), substratu (osoby), podkładu (przedmiotu), zanikają tam, gdzie czterech tych czynników brak.*

4,12. *Czittam w samej rzeczy istnieje jako przeszłe i przy
szłe, lecz objawy jego idą różnemi drogami.*

Jakkolwiek niezmiennie poprzez wszelkie wcielenia,
jednakże objawia się różnie, stosownie do plag i do-
robku karmicznego. Nakształt aktora zmienia strój
i rolę.

4,13. *Objawy te częściowo są jawne, częściowo ukryte, jako
złożone z gun.*

W istocie tak aktorami, jak i autorami są guny.
Wszystko jest ich kompozycją, ich zmaganiem się
i płaśaniem. Puruszowie są widzami, wszelako bez
ich światła nie działałoby się nic, nie byłoby przed-
stawienia.

4,14. *Z jednolitości przemian wywodzi się rzeczywistość
przedmiotu.*

4,15. *Ponieważ, bez względu na tożsamość prakriti, czittamy
się różnią, różne sobie obierają drogi.*

4,16. *Ponieważ czittam uprzed się musi zabarwić przed-
miotem, może być poznany lub niepoznawany.*

Czittam czy lingam staje się widzialne dopiero
wtedy, gdy z jego prażywiółów wykwitają żywioly
grube, wytwarzając powłokę zewnętrzną a zarazem
pewien osobisty świat przedmiotowy, pewną sferę
spozstrzeżeń. Tą drogą, nie zaś bezpośrednio z łona
prakriti, z rozlicznych lingamów wyrasta wspólny
świat zewnętrzny, t. j. pewien odmęt wrażeń, a priori

uważany za realny. Metamorfoza prakriti u wszystkich postępuje według stałego schematu, przeto wynikający świat żywiołowy nie jest urojeniem, lecz realną prakriti, jakkolwiek rozmaicie widzianą, różnorodnie wyobrażaną. Odmienne pojmowanie przedmiotu, jak również i całości, polega na różnicach zapatrywania, na odrębnym wyobrażaniu. Czittam widocznie podlega pewnemu zabarwieniu ze strony przedmiotu, skutkiem czego może lub nie może go poznać. Wpierw się musi zabarwić żywiołami, inaczej nie może nastąpić działanie, polegające na przeobrażaniu się w przedmioty na tle żywiołów, jednakowych u wszystkich.

- 4,17. *Ciągle się poznaje czynność czittamu, ponieważ jego władca, purusza, istnieje niezmiennie.*
- 4,18. *Samo nie jest światłem, będąc jego przedmiotem.*
- 4,19. *Wszak niepodobna twierdzić, by równocześnie mogło być zarówno przedmiotem, jak i podmiotem.*
- 4,20. *Gdyby cudze czittam mogło zostać przedmiotem naszego, buddhi byłaby to podmiotem, to przedmiotem, z czego wynikałoby zbyt wiele, również nastąpiłoby zmieszanie się obopólnych wspomnień.*

Czittam zawsze bywa nieduchowe, bez własnego światła, mimo swe sattwam; zatem nigdy nie mogłoby być podmiotem innego czittamu, gdyż jedna buddhi musiałaby się podporządkować drugiej, być przedmiotem przedmiotu, co byłoby niedorzecznością, tudzież zmieszałaby się ich treść wrodzona.

- 4,21. *Niezmienny purusza, gdy unika w postać swego czittamu, dochodzi do świadomości swej buddhi.*
- 4,22. *Zabarwiane puruszą i gunami, czittam nabiera zdolności wykonywania zadania.*
- 4,23. *Jakkolwiek pełne wrażeń bez liku, służy celowi cudzemu, działa bowiem jako skupienie.*

Purusza, niejako zstąpiwszy ze sfery absolutnej, nabiera świadomości empirycznej za pośrednictwem buddhi, przenikniętej jego światłem, uduchowionej. Skutkiem tego czittam zaczyna działać i niby dążyć do pewnego celu, chociaż jako przedmiot i skupienie nie może mieć celu, bo istnieje dla kogoś a bez połączenia z nim wcale nie działa. Jednakże poniżej pewien cel przyznaje się również i prakriti, wszak to ona działa i trzodzi się i cierpi, zatem jej w udziale przypada wyzwolenie się od cierpienia, aczkolwiek tylko w poszczególnym wypadku. Wyzwolenie się jej od działania jest możebne, przy izolacji bowiem wraca do stanu niejawnego, beczynnego. Gdyby zaś działała per se, nigdy nie mogłaby przestać. „Tedy nie wyzwala się, wogóle nie jest związany, nie wędruje purusza. To wędruje, wiąże się i wyzwala prakriti, ciągle szukając ucieczki“. (S-ka 62).

- 4,24. *Kto poznaje odrębność, pozbywa się złudzenia, jakoby czittam było jego jaźnią.*

Jaźnią jest purusza, bez niego czittam jest ciemne, nieruchome. „Opuszczone przez ducha, zmysły są jak

drewniane a niewątpliwie się rozpląną jak piana na morzu". (Mokszadharm). — Sankhja-karika mówi: „Tak więc plonem nauki o zasadach (t. j. Sankhji) jest świadomość absolutna, czysta, bezbłędna, wszechwystarczająca świadomość: To nie ja, to nie moje, niema ja". (w. 64). *Na asmi, na me, na aham*. Pogląd ten szczególnie uwydatniano w nauce buddhyjskiej, pod nazwą: *anatta* (nie — atman, nie — ja).

Po rozwiązaniu zagadki, sfinks rzuca się w przepaść.

- 4,25. *Wtenczas czittam, rozpoznaniem tem rozwiązane, nadół splywa po górskim stoku wyzwolenia.*
- 4,26. *Podczas przerw w rozeznawaniu, nasuwają się wyobrażenia, powstałe z wrażeń zaległych.*
- 4,27. *Pokonanie ich, jak również i plag, już omówiono.*

Wiweki nie dostąpi odrazu, lecz stopniowo. Podczas przerw, gdy jogin wraca na płaszczyznę życia powszedniego, wyczerpuje się fatalne dziedzictwo, a zapasy z niem trwają aż do zgonu, z którym w pomyślnym razie nastaje kaiwaljam. „Poznałem ją! tak mówiąc, on nią wzgardza. Poznano mię! tak mówiąc, ona się odczepia. Chociaż ich połączenie jeszcze mocne, jednakże już brak bodźca do tworenia". (S-ka 66).

- 4,28. *Dla niego, który i z mienia swego nie wygląda korzyści, gdyż zeusząd mu błyska światło wiweki, samadhi bywa obłokiem cnót, z którego deszczem splywają dobrodziejstwa.*

- 4,29. *Wówczas plagi i czyny obracają się wniwecz.*
- 4,30. *Wówczas, wobec nieskończoności jego wiedzy, wolnej od plam i zaćmień, nic z tego, co by nadto jeszcze można poznać, nie miałyby znaczenia.*
- 4,31. *Dalej następuje zamknięcie szeregu przemian gun, gdyż stanęły u mety.*
- 4,32. *Wtedy, zamiast chwili, szereg czasu w całości ujmuje się u końcowej zmiany.*

Stojąc poza obrębem czasu, zamiast mniemanej wędrówki odwiecznej spostrzega się jedną chwilę, jeden błysk wieczności. Co rzekomo było linią nieskończoną — jest jak gdyby kropką. Zarówno związanie, jak i wyzwolenie, to urojenie buddhi, sen piekielny, niewiedza.

- 4,33. *Odpływ gun, wolnych od zadań puruszy, oto kai-waljam, czyli samoistność duchowa.*
-

JOGASIKHA-UPANISZAD

1. Szczyt wam obwieszczę jogi,
to szczyt wszelakiej wiedzy.
Kto zgłębia słowo święte,
ten się pozbywa trwogi.
2. W postawie lotosowej,
lub jak się mu podoba,
wpatrzony w koniec nosa,
złożywszy ręce, nogi,
3. a poskromiwszy manas,
niech mędrzec nieustannie
nad zgłoską *om* rozmyśla,
sercem objąwszy Boga.
4. Trzy słupy i kolumna,
bram dziewięć, z piątką bogów,
oto świątynia ciała,
w niej szukaj Najwyższego.
5. Pośrodku płonie słońce,
promieniami wypełnione,
w pośrodku niego płomień,
płonący jak pochodnia.

6. Gdzie płomień się zaostrza,
tam jest sam Bóg najwyższy.
Jogin, oddany jodze,
przebija się przez słońce,
7. poczem się wgórę wije
suszumny lśniącą bramą,
sklepienie łamiąc czaszki,
ogląda rzecz najwyższą.
8. Kto był niebaczny, gnuśny,
nie mogąc skupić ducha,
osiągnie rzecz najwyższą,
gdy codzień trzykroć zmówi
9. ten upanisad, który,
zdobywszy jogę, głoszę,
wiedzący, dostąpiwszy
miłościwego Boga.
10. Choćby tysiącem wcieleń
nie zgladził winy grzechu,
to wskutek jogi ujrzy
sansary zniweczenie.

