

पातञ्जलयोगसूत्राणि  
pātañjalayogasūtrāṇi

Йога сутры  
Патанджали

Перевод с санскрита Школы Йоги Натхов, 2023 год

## Оглавление

ГЛАВА ПЕРВАЯ. О САМАДХИ .....	3
ГЛАВА ВТОРАЯ. О САДХАНЕ [ЙОГИ] .....	19
ГЛАВА ТРЕТЬЯ. О СОВЕРШЕННЫХ СПОСОБНОСТЯХ .....	37
ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ. ОБ ОСВОБОЖДЕНИИ .....	55

॥ प्रथमोऽध्यायः ॥

॥ समाधि-पादः ॥

|| prathamo'dhyāyaḥ ||

|| samādhi-pādaḥ ||

## Глава первая. О самадхи

अथ योगानुशासनम् ॥ १.१ ॥

atha yogānuśāsanam || 1.1||

Теперь наставление по йоге. (1.1)

*atha* – теперь, сейчас.

*yoga* – соединение, единение, союз (как состояние, процесс или цель).

*anuśāsanam* – наставление, предписание, указание, руководство, распоряжение, команда, правило, заповедь.

योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः ॥ १.२ ॥

yogaścittavṛttinirodhaḥ || 1.2||

Йога – это остановка колебаний читты<sup>1</sup>. (1.2)

*yogaḥ* – соединение, единение, союз.

*citta* – ум, разум, мышление, сердце, сознание, понимание; совокупность всех интеллектуальных, волевых и эмоциональных действий, процессов и функций ума.

*vṛtti* – деятельность, активность, функция, процесс, модификация; видоизменение; вращение, колебание, волнение.

*nirodhaḥ* – контроль, управление, овладение; удержание под контролем, обуздание, устранение, прекращение.

तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम् ॥ १.३ ॥

tadā draṣṭuḥ svarūpe'vasthānam || 1.3||

Тогда видящий пребывает в своей собственной форме. (1.3)

*tadā* – тогда, в таком случае.

*draṣṭuḥ* – (5 или 6 падеж от *draṣṭṛ*) тот, кто видит, видящий, провидец.

*sva* – своя, собственная.

*rūpe* – (7 падеж от *rūpa*) форма, образ, природа, сущность.

*avasthānam* – (1 или 2 падеж от *avasthāna*) пребывание, место, положение, состояние.

---

<sup>1</sup> Всех процессов ума, волнений/беспокойств сознания.

## वृत्तिसारूप्यमितरत्र ॥ १.४ ॥

vṛttisārūpyamitaratra || 1.4||

Иначе, [видящий] отождествляется с деятельностью [читты]. (1.4)

*vṛtti* – деятельность, активность, модификация; колебание, волнение.  
*sārūpyam* – (2 падеж от *sārūpya*) сходство, отождествление; тождественность.  
*itaratra* – кроме, иначе, в другом состоянии.

## वृत्तयः पञ्चतयः क्लिष्टाऽक्लिष्टाः ॥ १.५ ॥

vṛttayaḥ pañcatayaḥ kliṣṭā'kliṣṭāḥ || 1.5||

[Есть] пять видов деятельности (вритти), [они могут быть] связаны со страданиями, [либо] свободны от страданий. (1.5)

*vṛttayaḥ* – (мн. ч. 1 падеж от *vṛtti*) деятельность, активность, функция, колебание, волнение.  
*pañcatayaḥ* – (мн. ч. 1 падеж от *pañcataya*) пятикратность, пятикратное состояние.  
*kliṣṭa* – связанный с болью или страданием/беспокойством/раздражением.  
*akliṣṭāḥ* – (1 или 2 падеж мн. ч. от *akliṣṭa*) непо потревоженный, спокойный, ненарушенный, не связанный со страданием.

## प्रमाणविपर्ययविकल्पनिद्रास्मृतयः ॥ १.६ ॥

pramāṇaviparyayavikalpanidrāsmṛtayaḥ || 1.6||

[Эти пять:] познание, заблуждение, воображение, сон, память. (1.6)

*pramāṇa* – достоверное познание, подлинное знание, правильное восприятие.  
*viparyaya* – ошибочное знание, ложное познание, неправильное представление, недоразумение, ошибка, заблуждение.  
*vikalpa* – воображение, фантазия, иллюзия, концепция, ментальная конструкция.  
*nidrā* – сон, глубокий сон, сон без сновидений.  
*smṛti* – память, воспоминание, памятование, способность запоминать.

## प्रत्यक्षानुमानागमाः प्रमाणानि ॥ १.७ ॥

pratyakṣānumānāgamāḥ pramāṇāni || 1.7||

[Виды] познания – [это] непосредственное восприятие, умозаключение и авторитетное свидетельство. (1.7)

*pratyakṣā* – прямое восприятие, восприятие чувствами, перцепция; присутствующий перед глазами, видимый, очевидный, осязаемый, воспринимаемый.

*apitāpa* – умозаключение, вывод, соображение, размышление, обдумывание то, что приходит из ума.

*āgata* – полученное из надежных источников, свидетельство авторитета; традиционная доктрина, учение, предписание; собрание доктрин, священное писание.

*pramāṇāni* – (мн. ч. от «pramāṇa») достоверное познание, подлинное знание, правильное восприятие.

## विपर्ययो मिथ्याज्ञानमतद्रूपप्रतिष्ठम् ॥ १.८ ॥

viparyayo mithyājñānamatadrūpapraṭiṣṭham || 1.8||

Заблуждение – [это] иллюзорное знание, основанное не на собственной форме [объекта]. (1.8)

*viparyaya* – заблуждение, ошибочное знание, недостоверное познание, неправильная идея, ошибка, неправильное понимание.

*mithyā* – ложное, ошибочное, иллюзорное, неверное.

*jñānam* – знание, познание, понимание.

*a-tad* – не тот, не то.

*rūpa* – форма, природа, внешний вид, облик.

*pratiṣṭham* – основа, в качестве основы, устойчивый, установленный.

## शब्दज्ञानानुपाती वस्तुशून्यो विकल्पः ॥ १.९ ॥

śabdajñānānupātī vastuśūnyo vikalpaḥ || 1.9||

Воображение – [это] знание, истекающее из слов, которое не соответствует [реальному] объекту. (1.9)

*śabda* – слово, речь, звуковое обозначение.

*jñāna* – знание, познание, понимание.

*anupātī* – вытекающий как следствие или результат, происходящее.

*vastu* – нечто, реально существующее; вещь, объект, сущность.

*śūnya* – пустой, лишенный, свободный от.

*vikalpa* – воображение.

## अभावप्रत्ययालम्बना वृत्तिर्निद्रा ॥ १.१० ॥

abhāvapratyayāḷambanā vṛttirnidrā || 1.10||

Сон – [это] деятельность [сознания], опирающаяся на отсутствие познавательного процесса<sup>2</sup>. (1.10)

*abhāva* – нечто несуществующее; то, чего нет; отсутствие, небытие.

*pratyaya* – представление, идея, понятие, концепция, предположение, мысль, мысленный образ; знание, познание.

*āmbana* – основа, основание; поддержка, помощь, опора.

*vṛtti* – деятельность, активность, функция, процесс, колебание.

*nidrā* – сон, сон без сновидений, глубокий сон.

## अनुभूतविषयासंप्रमोषः स्मृतिः ॥ १.११ ॥

<sup>2</sup> Другой вариант: основанная на представлении (пратьяя) о небытии.

anubhūta viṣaya āsaṃpramoṣaḥ smṛtiḥ || 1.11||

Память – это сохранение (не-исчезновение) воспринятых объектов<sup>3</sup>. (1.11)

*anubhūta* – воспринятый, испытанный, имеющий результатом.

*viṣaya* – объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.

*asaṃpramoṣa* – не исчезновение, не позволение быть утраченным; сохранение, удержание.

*smṛti* – память, вспоминание, памятование.

**अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः ॥ १.१२ ॥**

abhyāsavairāgyābhyāṃ tannirodhaḥ || 1.12||

Они (вритти) контролируются при помощи практики и отрешенности. (1.12)

*abhyāsa* – упражнение, тренировка, практика.

*vairāgya* – беспристрастность, непривязанность, отречение; свобода от всех мирских желаний.

*ābhyāṃ* – оба (окончание двойственного числа).

*tan* – (om tat) то, это.

*nirodha* – контроль, управление, устранение, сдерживание, подавление, разрушение; ограничение, обуздание, удержание.

**तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः ॥ १.१३ ॥**

tatra sthitau yatno'bhyaśaḥ || 1.13||

Из них практика – это усилие в [обретении] устойчивости/неподвижности. (1.13)

*tatra* – там, тогда, в том.

*sthitau* – (7 падеж ж. р. от sthiti) устойчивость, неподвижность, неуклонность, непоколебимость, стабильность, постоянство, твердость.

*yatna* – усилие, рвение, воля, усердие, устремленность.

*abhyāsa* – упражнение, практика, дисциплина; повторение.

**स तु दीर्घकालनैरन्तर्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः ॥ १.१४ ॥**

sa tu dīrghakālanairantaryasatkārāsevito dṛḍhabhūmiḥ || 1.14||

И она (практика) становится прочно укорененной, [когда] выполняется продолжительное время, без перерывов, усердно и с самоотдачей (внимательностью, преданностью). (1.14)

*sa* – это, то.

*tu* – и.

*dīrgha* – продолжительное.

*kāla* – время.

*nairantarya* – постоянно, непрерывно.

*satkāra* – внимательность, забота, благоговение, искренность, почтение

*āsevita* – практикующий усердно, прилежно, неутомимо.

*dṛḍha* – прочный, неподвижный, фиксированный, устойчивый, стойкий, непоколебимый, энергичный; цельный.

*bhūmiḥ* – основа, основание, почва.

<sup>3</sup> Другой вариант: сохранение прошлого опыта, впечатлений.

## दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम् ॥ १.१५ ॥

dr̥ṣṭānuśravikaviṣayavitr̥ṣṇasya vaśīkārasaṃjñā vairāgyam || 1.15||

Вайрагья – это сознание, свободное от привязанности к объектам восприятия, [будь то] увиденное или услышанное (от учителей традиции)<sup>4</sup>. (1.15)

*dr̥ṣṭa* – увиденное, видимое, воспринятое, проявленное.

*ānuśravika* – услышанное от других, взятое из писаний, пришедшее из Вед или традиции.

*viṣaya* – объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.

*vit̥r̥ṣṇasya* – свободный от желаний, страстей.

*vaśīkāra* – приводящий в подчинение, подчиняющий, контроль.

*saṃjñā* – сознательность, сознание, понимание, осознание.

*vairāgya* – беспристрастность, непривязанность, отречение; свобода от всех мирских желаний.

## तत्परं पुरुषख्यातेर्गुणवैतृष्यम् ॥ १.१६ ॥

tatparaṃ puruṣakhyāterguṇavait̥r̥ṣyam || 1.16||

Та [отрешенность] является высшей, когда благодаря познанию Пуруши [обретается] освобождение от [оков] гун<sup>5</sup>. (1.16)

*tat* – тот, та.

*paraṃ* – высший.

*puruṣa* – существо, истинное я, сознание, дух, оживляющий принцип в людях и других существах, первоначальный источник вселенной.

*khyāti* – восприятие, познание, осознание, понимание.

*guṇa* – качество природы, свойство.

*vait̥r̥ṣya* – свобода от желаний, беспристрастность, безразличие.

## वितर्कविचारानन्दास्मितारूपानुगमात् संप्रज्ञातः ॥ १.१७ ॥

vitarkavicārānandāsmītārūpānugamāt saṃprajñātaḥ || 1.17||

Сампраджнята [самадхи] сопровождается следующими формами [опыта] – осмысление (витарка), рефлексия (вичара), блаженство (ананда), ощущение самости (асмита). (1.17)

*vitarka* – рассуждение, обдумывание, взвешивание, аргументирование (связано с грубыми объектами, воспринимаемыми чувствами, грубая форма мышления).

*vicāra* – отражение, тонкая рефлексия, исследование, размышление (связано с тонкими объектами, тонкая форма мышления).

*ānanda* – счастье, блаженство, радость.

*asmītā* – сознание я есть, самость, индивидуализация.

*rūpa* – форма, природа, образ.

*anugamāt* – (5 падеж от *anugata*) следование, сопровождение.

*saṃprajñāta* – совершенное познание, осознание; связанное с познанием, осознанием; состояние, сопровождаемое полным, интуитивным знанием об объекте созерцания (относится

<sup>4</sup> Другой вариант: Вайрагья – это контроль свободы сознания в отношении влечения к объектам чувственного восприятия и знаниям традиции.

<sup>5</sup> То есть беспристрастность по отношению к гунам/качествам.

к когнитивному созерцанию, сампраджнята-самадхи, к созерцательному состоянию, в котором сохраняется когнитивная деятельность).

## विरामप्रत्ययाभ्यासपूर्वः संस्कारशेषोऽन्यः ॥ १.१८ ॥

virāmapratyayābhyāsapūrvah saṁskāraśeṣo'nyah || 1.18||

Другое (асампраджнята) – это [состояние, в котором присутствуют только] остаточные самскары, ему предшествует прекращение деятельности ума (познание, осмысление, рефлексия и т. д.). (1.18)

*virāta* – прекращение, завершение, остановка.

*pratyaya* – представление, идея, понятие, концепция, мысль, мысленный образ; знание, познание; содержание ума; образ (отражение) объекта в уме; когниция.

*abhyāsa* – практика, упражнение.

*pūrvā* – прежний, предшествующий, предыдущий.

*saṁskāra* – впечатление, отпечаток в сознание, впечатление в уме от действий, сделанных в прежнем состоянии существования и формирующие тенденции к их повторению.

*śeṣa* – остаток; то, что остается или оставлено.

*anya* – другой, иной, еще один.

## भवप्रत्ययो विदेहप्रकृतिलयानाम् ॥ १.१९ ॥

bhavapratyayo videhaprakṛtilayānām || 1.19||

Для растворенных в Пракрити, бестелесных [существ], основой [асампраджняты] является само существование (бхава). (1.19)

*bhava* – рождение, появление, происхождение, возникновение; пребывание, состояние бытия, существование, жизнь.

*pratyaya* – представление, идея, понятие, концепция, мысль, причина, основа; знание, познание.

*videha* – бестелесный, невещественный.

*prakṛti* – природа, первозданная материя, сущностная природа вещей.

*laya* – растворение, исчезновение или поглощение в чем-то.

*prakṛtilayānām* – (6 падеж мн. ч. от *prakṛtilaya*) тех, кто растворен, кто поглощен первозданной природой.

## श्रद्धावीर्यस्मृतिसमाधिप्रज्ञापूर्वक इतरेषाम् ॥ १.२० ॥

śraddhāvīryasmṛtisamādhiprajñāpūrvaka itareṣām || 1.20||

У других [существ этому] предшествуют вера (шраддха), жизненная сила (вирья), памятование (смрити), самадхи и мудрость (праджня). (1.20)

*śraddhā* – вера, уверенность, надежда.

*vīrya* – мужественность; энергия; сила.

*smṛti* – памятование, память, внимательность.

*prajñā* – мудрость, проникательность, познание, осознание.

*samādhi* – созерцание, сосредоточение, глубокое ровное осознание, состояние единства и целостности, поглощенность Высшей реальностью (в данном контексте, вероятно, речь о сампраджнята-самадхи).

*pūrvaka* – предшествующий.

*itareṣām* – (6 падеж мн. ч. от *itara*) других.



## तीव्रसंवेगानामासन्नः ॥ १.२१ ॥

tīvrasaṁvegānāmāsannaḥ || 1.21||

Это достижимо для тех, кто наделен сильной устремленностью. (1.21)

*tīvra* – энергичный, интенсивный, сильный.  
*saṁvegānat* – (6 падеж мн. ч. от *saṁvega*) интенсивность, желание освобождения, стремительность, пыл, устремленность.  
*āsanna* – близкий, достигнутый, полученный.

## मृदुमध्याधिमात्रत्वात् ततोऽपि विशेषः ॥ १.२२ ॥

mṛdumadhyādhimātratvāt tato'pi viśeṣaḥ || 1.22||

Но и тут есть различие в слабости, умеренности или интенсивности [устремлений]. (1.22)

*mṛdu* – слабый, мягкий, небольшой.  
*madhya* – средний, умеренный.  
*adhimātra* – чрезмерный, сильный.  
*vāt* – или.  
*tataḥ* – там, поэтому, из этого, в том.  
*api* – также, даже, притом, кроме.  
*viśeṣa* – различие, конкретное качество, различие; особый, конкретный, определенный.

## ईश्वरप्रणिधानाद्वा ॥ १.२३ ॥

īśvarapraṇidhānādvā || 1.23||

Также [самадхи обретается] преданностью Ишваре. (1.23)

*īśvara* – Господь, Высшее Существо, Высший Дух, Бог, Существование; владыка, повелитель, властитель.  
*praṇidhāna* – преданность, посвящение, почитание, стремление, самоотдача, подчинение всего себя.  
*vā* – или; также.

## क्लेशकर्मविपाकाशयैरपरामृष्टः पुरुषविशेष ईश्वरः ॥ १.२४ ॥

kleśakarmavipākāśayairaparāmṛṣṭaḥ puruṣaviśeṣa īśvaraḥ || 1.24||

Ишвара – это особый Пуруша, не затронутый омрачениями, кармой или плодами кармы. (1.24)

*kleśa* – омрачение; причина скорби, несчастий, страданий; аффект; препятствия, порождающие боль, несчастье; мучение, скорь, горе, бедствие, беспокойство, печаль; все, что ограничивает проявление истинной природы.  
*karma* – действие.  
*vipāka* – воздействие; последствие, результат, вызревание плода действия.  
*āśaya* – (3 падеж мн. ч. от *āśaya*) вместилище, хранилище; обиталище, место; запас; остаток, след; скопление.  
*aparāmṛṣṭa* – незатронутый, незагрязненный, неомраченный.

*piṅgūṣa* – существо, человек; субъект; я, свидетель; сознание, дух.  
*viśeṣa* – различие, конкретное качество, различие; особый, конкретный.  
*īśvara* – Господь, Высшее Существо, Высший Дух, Бог, Существование; владыка, повелитель, властитель.

## तत्र निरतिशयं सार्वज्ञबीजम् ॥ १.२५ ॥

tatra niratiśayaṃ sārvaññabījam || 1.25||

В Нем – непревзойденный источник всезнания. (1.25)

*tatra* – в нем, там, здесь.  
*niratiśaya* – (*nir-atiśaya*) непревзойденный, высший.  
*sarvañña* – всеведущий, всезнающий, всезнание.  
*bīja* – семя, исток, начало.

## स पूर्वेषामपि गुरुः कालेनानवच्छेदात् ॥ १.२६ ॥

sa pūrveṣāmapī guruḥ kālenānavacchedāt || 1.26||

Он – Гуру также [всех] предшествующих, [поскольку] не ограничен временем. (1.26)

*sa* – он.  
*pūrveṣām* – (6 падеж мн. ч. от *pūrva*) предок, прародитель, древний; предшествующий.  
*api* – также, даже.  
*guru* – Гуру, учитель.  
*kālena* – (3 падеж от *kāla*) время.  
*anavacchedāt* (5 падеж от *anavaccheda*) – неразделенность, неограниченность, неразграничение, неразложение на части.

## तस्य वाचकः प्रणवः ॥ १.२७ ॥

tasya vācaḥ praṇavaḥ || 1.27||

Пранава – Его выражение в слове. (1.27)

*tasya* – его, чье.  
*vāca* – слово, значимый звук, выраженное словом, вербальный образ, выражение, словесное проявление, обозначение.  
*praṇava* – священный слог «Ом».

## तज्जपस्तदर्थभावनम् ॥ १.२८ ॥

tajjapastadarthabhāvanam || 1.28||

Постижение Его значения [приходит] через повторение этого (пранавы). (1.28)

*tat* – то, его.  
*japa* – повторение.  
*tat* – то, его.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, воля, замысел, результат, успех, назначение, благо, выгода, полезность, преимущество, ценность; объект.  
*bhāvana* – рождение, проявление, возникновение; осознание, формирование в сознании, созерцание, понятие, концепция, представление; постижение, понимание.

**ततः प्रत्यक्चेतनाधिगमोऽप्यन्तरायाभावश्च ॥ १.२९ ॥**

tataḥ pratyakcetanādhigamo'pyantarāyābhāvaśca || 1.29||

Благодаря этому обретается знание собственного естества<sup>6</sup> (своей души) и устранение препятствий. (1.29)

*tataḥ* – из этого.

*pratyak* – внутренний, повернутый обратно.

*cetana(ā)* – разум, сознание, душа, понимание, восприятие.

*adhigama* – достижение, обретение, изучение, знание.

*api* – также.

*antarāya* – препятствие.

*abhāva* – исчезновение, устранение, не-существование.

*ca* – и.

**व्याधिस्त्यानसंशयप्रमादालस्याविरति-भ्रान्तिदर्शनालब्धभूमिकत्वानवस्थितत्वानि  
चित्तविक्षेपास्तेऽन्तरायाः ॥ १.३० ॥**

vyādhistyānasamśayapramādālasyaāvirati-

bhrāntidarśanālabdhabhūmikatvānavasthitatvāni cittavikṣepāste'ntarāyāḥ || 1.30||

Болезнь, апатия, сомнение, невнимательность, лень, несдержанность, ложное видение, неспособность достижения [какого-либо] состояния/уровня, неустойчивость [в практике], рассеянность (блуждание ума) – таковы препятствия. (1.30)

*vyādhi* – беспорядок, расстройство, болезнь, нездоровье.

*styāna* – апатия, праздность, безделье, лень, бездеятельность, депрессия.

*saṁśaya* – неуверенность, сомнение, неопределенность, изменчивость, колебание.

*pramāda* – небрежность, халатность, невнимательность, неряшливость; сумасшествие, безумие, опьянение, умопомешательство.

*ālasya* – леность, медлительность, состояние тяжести, нерасторопность.

*avirati* – несдержанность, невоздержанность.

*bhrānti* – недоумение, растерянность, замешательство, путаница, сомнение, ошибка, ложное мнение.

*darśana* – видение, наблюдение, восприятие, воззрение, способность восприятия, понимание, представление, пронциательность.

*bhrānti-darśana* – ошибочное восприятие, ошибочные воззрения.

*bhūmi* – земля, опора, уровень, положение.

*alabdha-bhūmikatva* – неспособность достичь определенного уровня (развития, погруженности в суть), неспособность достичь глубокого размышления.

*anavasthitatva* – неустойчивость, нетвердость, шаткость, непостоянство.

*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

*vikṣepa* – невнимательность, отвлечение внимания, рассеянность, раздражение, сильное возбуждение, отчаяние, безумие, растерянность.

*te* – те, эти.

*antarāyāḥ* – (мн. ч. от *antarāya*) препятствие, помеха.

<sup>6</sup> Другой вариант: *pratyakcetanā* – обращение сознания, восприятия внутрь.

## दुःखदौर्मनस्याङ्गमेजयत्वश्वासप्रश्वासा विक्षेपसहभुवः ॥ १.३१ ॥

duḥkhadaurmanasyāṅgamejayatvaśvāsapraśvāsā vikṣepasahabhavaḥ || 1.31||

Страдание, уныние, дрожь в теле, нестабильное дыхание<sup>7</sup> сопровождают рассеянность (блуждание ума). (1.31)

*duḥkha* – боль, страдание, скорбь, неудобство, беспокойство, беда, волнение.

*daurmanasya* – удрученность, угнетение, уныние, подавленность, грусть, отчаяние.

*aṅgamejayatva* – дрожание тела.

*śvāsa-praśvāsa* – вдохи-выдохи, прерывистость дыхания.

*vikṣepa* – невнимательность, отвлечение внимания, развлечение, рассеянность, раздражение, путаница, неразбериха, недоумение; растерянность, затруднение.

*sahabhava* – совместно, в компании, сообща, соединено, объединено, одновременно с.

## तत्प्रतिषेधार्थमेकतत्त्वाभ्यासः ॥ १.३२ ॥

tatpratiṣedhārthamekatattvābhyāsaḥ || 1.32||

Для их устранения [рекомендуется] практика [сосредоточения] на единой сущности (Атман). (1.32)

*tat* – тот, он.

*pratiṣedha* – устранение, предотвращение, противодействие.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, для определенной цели.

*eka* – один.

*tattva* – принцип, таковость; сущность, истинное или реальное состояние, действительность, истина, реальность.

*abhyāsa* – практика, упражнение.

## मैत्रीकरुणामुदितोपेक्षाणां सुखदुःखपुण्यापुण्यविषयाणां भावनातश्चित्तप्रसादनम् ॥ १.३३ ॥

maitrīkaruṇāmuditopekṣāṅāṃ sukhaduḥkhaṇyāpūṇyaviṣayāṅāṃ  
bhāvanātaścittaprasādanam || 1.33||

Умиротворение и чистота ума [обретаются] возвращением дружелюбия, сострадания, радости, беспристрастности по отношению к счастью, страданию, добродетели и пороку. (1.33)

*maitrī* – дружба, дружелюбие, доброжелательность, любовь.

*karuṇā* – сострадание, эмпатия, милосердие, помощь другим.

*muditā* – радость, веселье, восхищение, благодушие, взаимное понимание.

*upekṣāṅāṃ* – (6 падеж мн. ч. от *upekṣa*) беспристрастность, выносливость, прочность, стойкость, незатронутость, терпение; равнодушие, безразличие.

*sukha* – счастье, удовольствие.

*duḥkha* – страдание, боль, скорбь.

*puṇya* – добро, благо, польза или праведность, достоинство, чистота, хорошая работа, похвальное действие, моральная или духовная заслуга.

*apuṇya* – грех, зло, порок, нечистота, отсутствие добродетели.

*viṣayāṅāṃ* – (6 падеж мн. ч. от *viṣaya*) объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами; сфера, область влияния, быть в отношении чего-либо.

<sup>7</sup> Дословно – вдохи и выдохи.

*bhāvanā* – содействие, способствование, продвижение, помощь, поддержка, развитие, возникновение, появление, культивирование.  
*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление.  
*prasādāna* – умиротворение, состояния мира, безмятежность; ясность, гармония, прозрачность, чистота.

### प्रच्छर्दनविधारणाभ्यां वा प्राणस्य ॥ १.३४ ॥

pracchardanavidhāraṇābhyāṃ vā prāṇasya || 1.34||

Или же благодаря выдоху [и] задержке дыхания. (1.34)

*pracchardana* – выдох, извержение.  
*vidhāraṇa* – удержание, остановка, контроль, задержка.  
*ābhyam* – оба (окончание 3 падежа дв. ч.).  
*vā* – или.  
*prāṇasya* – (6 падеж от *prāṇa*) дыхание, прана, жизненная энергия.

### विषयवती वा प्रवृत्तिरुत्पन्ना मनसः स्थितिनिबन्धिनी ॥ १.३५ ॥

viṣayavatī vā pravṛtṭirutpannā manasaḥ sthitinibandhinī || 1.35||

Или же устойчивость ума возникает благодаря [созерцанию] процесса восприятия объектов чувств. (1.35)

*viṣayavatī* – направленный на объекты чувств; объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.  
*vā* – или, также.  
*pravṛtṭi* – явление, проявление, манифестация; источник; восприятие, психический процесс, познавательная способность, знание, сенсорное познание, сверхсенсорное восприятие; активность, деятельность.  
*utpannā* – возникший, появившийся, рожденный, произведенный.  
*manasaḥ* – (6 падеж от *manas*) ум, умственные способности, память, мышление.  
*sthiti* – устойчивость, твердость, верность, непоколебимость, неизменность, прочность, постоянство.  
*nibandhinī* – связывающий, являющийся причиной, основанием.

### विशोका वा ज्योतिष्मती ॥ १.३६ ॥

viśokā vā jyotiṣmatī || 1.36||

Либо благодаря [созерцанию] лучезарного [света Атмана], который не затронут страданием. (1.36)

*viśokā* – свободный от страдания, горя, скорби, печали; устраняющий, уносящий, удаляющий горе, скорбь.  
*vā* – или, также.  
*jyoti* – свет (солнца, огня и т. п.), внутренний свет, свет как божественный принцип жизни или истины.  
*jyotiṣmatī* – лучезарный, сияющий, полный света, божественный, чистый, непорочный, безупречный.

### वीतरागविषयं वा चित्तम् ॥ १.३७ ॥

vītarāgaviṣayaṃ vā cittaṃ || 1.37||

Либо [когда] ум свободен от стремлений к объектам чувств<sup>8</sup>. (1.37)

*vīta* – прекращение, освобождение, избавление.

*rāga* – желание, привязанность, страсть, влечение, страстное увлечение; цвет.

*viśaya* – объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.

*vā* – или, также.

*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

**स्वप्ननिद्राज्ञानालम्बनं वा ॥ १.३८ ॥**

svapnanidrājñānālambanaṃ vā || 1.38||

Или же опираясь на знание [глубокого] сна и сновидений. (1.38)

*svapna* – сон, сновидение, легкий сон, мечта, видение.

*nidrā* – глубокий сон, сон без сновидений.

*jñāna* – знание, познание, познавание.

*ālambana* – основанное на, зависимое от; основа, основание, поддержка, помощь.

*vā* – или, также.

**यथाभिमतध्यानाद्वा ॥ १.३९ ॥**

yathābhimatadhyānādvā || 1.39||

Или благодаря созерцанию того, что желанно. (1.39)

*yathābhimata* – согласно желанию, как приятно, желанно.

*dhyānāt* – (5 падеж от *dhyāna*) медитация, созерцание, длительное удержание внимания, сосредоточенное размышление, поток познавания, осознания.

*vā* – и, или.

**परमाणु परममहत्त्वान्तोऽस्य वशीकारः ॥ १.४० ॥**

paramāṇu paramamahattvānto'sya vaśīkārah || 1.40||

Его сила (сила устойчивого ума) [во всем] – от самого малого до бесконечно большого. (1.40)

*paramāṇu* – бесконечно малая частица или атом.

*parama* – высшая точка, последний предел.

*mahattva* – безгранично, бесконечно большой.

*antaḥ* – конец, окончание, край, предел, граница.

*asya* – его.

*vaśīkāra* – власть, действие покорения, подчинения; могущество, сила.

**क्षीणवृत्तेरभिजातस्येव मणेर्ग्रहीतृग्रहणग्राह्येषु**

<sup>8</sup> Другой вариант: Или же [можно медитировать] на сознание того, кто свободен от стремлений к объектам чувств.

## तत्स्थतदञ्जनता समापत्तिः ॥ १.४१ ॥

kṣīṇavr̥tterabhijātasyeva maṇergrahīṭṛgrahaṇagrāhyeṣu tatsthatadañjanatā samāpattiḥ || 1.41||

Когда беспокойства ума исчезают, он, пребывающий в познающем, процессе познания и объектах познания, становится подобен чистому кристаллу, который способен принимать цвет того [что он отражает]. Это и есть поглощенность (самапатти). (1.41)

*kṣīṇa* – уменьшенный, ослабленный; прерванный, рассеянный, разрушенный.

*vr̥tti* – деятельность, активность, функция, процесс, колебание, волнение.

*abhijātasya* – рожденный, произведенный, сотворенный, возникший.

*eva* – так, только так, точно, действительно, очень; почти, возможно.

*maṇeḥ* – (5/6 падеж от maṇi) драгоценный камень, самоцвет, кристалл.

*grahīṭṛ* – воспринимающий, понимающий, осознающий, постигающий, ощущающий.

*grahaṇa* – восприятие, осознание, постижение, ощущение, понимание.

*grāhyeṣu* – (7 падеж мн.ч. от grāhya) воспринятый или опознанный; объект; удержанный, захваченный.

*tat-stha* – находящийся на или в этом.

*tad-añjanatā* – окрашивание цветом того объекта, идентичность, слияние с объектом.

*samāpatti* – погруженность, поглощенность, созерцание; единение, вхождение, проникновение в состояние; единство, слияние.

## तत्र शब्दार्थज्ञानविकल्पैः संकीर्णा सवितर्का समापत्तिः ॥ १.४२ ॥

tatra śabdārthajñānavikalpaiḥ saṁkīrṇā savitarkā samāpattiḥ || 1.42||

Здесь савитарка самапатти – это поглощенность, в которой присутствуют мыслеформы: слова, [их] значения и знание [связанное с ними]. (1.42)

*tatra* – там, в этом, в этом случае.

*śabda* – слово, язык, речь.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение; объект.

*jñāna* – знание, понимание, опыт; интуиция; концептуальное знание.

*vikalpaiḥ* – (3 падеж мн.ч. от vikalpa) воображение, фантазия, иллюзия, мысленный образ, концептуализация, ментальная конструкция, умственное построение.

*saṁkīrṇa* – смешанный, перепутанный, слитый вместе.

*savitarka* – сопровождаемый мыслями, рассуждениями, связанный с обдумыванием, мысленным процессом (относится к грубой форме мышления).

*samāpatti* – погруженность, поглощенность, созерцание; единение.

## स्मृतिपरिशुद्धौ स्वरूपशून्येवार्थमात्रनिर्भासा निर्वितर्का ॥ १.४३ ॥

smṛtipariśuddhau svarūpaśūnyevārthamātranirbhāsā nirvitarkā || 1.43||

Нирвитарка [самапатти] – [это состояние], в котором после исчезновения памяти<sup>9</sup> [в сознании], чья природа подобна пустоте, сияет только объект. (1.43)

<sup>9</sup> После очищения ассоциаций, связанных с объектом медитации.

*smṛti* – памятование, память, воспоминание.  
*pariśuddhai* – (7 падеж от *pariśuddhi*) полностью очищенный, беспримесный, чистый.  
*svarūpa* – собственная форма, природа, сущность.  
*śūnya* – пустота.  
*iva* – как будто, подобный.  
*artha* – значение, смысл; цель, намерение, объект, образ.  
*mātra* – только, больше ничего.  
*nirbhāsā* – появление, вид, наружность, видимость, сияние, сияющий.  
*nirvitarkā* – без мыслей, суждений или концепций, без размышления.

## एतयैव सविचारा निर्विचारा च सूक्ष्मविषया व्याख्याता ॥ १.४४ ॥

etayaiva savicārā nirvicārā ca sūkṣmaviṣayā vyākhyātā || 1.44||

Таким же образом описываются савичара и нирвичара [самапатти], связанные с тонкими объектами<sup>10</sup>. (1.44)

*etayā* – этим.  
*eva* – даже, также.  
*vicārā* – обдумывание, размышление, соображение, рассмотрение, рефлексия.  
*savicārā* – тонкая рефлексия, с размышлением относительно тонкого объекта.  
*nirvicārā* – состояние без рефлексий о тонком предмете, без тонких умственных ассоциаций.  
*ca* – и.  
*sūkṣma* – тонкий, неуловимый, невидимый, мельчайший, едва различимый.  
*viṣaya* – объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.  
*vyākhyātā* – описанный, объясненный, определенный.

## सूक्ष्मविषयत्वं चालिङ्गपर्यवसानम् ॥ १.४५ ॥

sūkṣmaviṣayatvaṃ cālīṅgaparyavasānam || 1.45||

Сфера тонких объектов граничит с непроявленным (алинга<sup>11</sup>). (1.45)

*sūkṣma* – тонкий, неуловимый, невидимый, мельчайший, едва различимый.  
*viṣaya* – объект, опыт, область, что-либо, воспринимаемое чувствами.  
*ca* – и.  
*aliṅga* – неделимое, непроявленное состояние, недифференцированное, не имеющее знаков; изначальная субстанция (прадхана).  
*paryavasāna* – предел, граница; завершение.

## ता एव सबीजः समाधिः ॥ १.४६ ॥

tā eva sabījaḥ samādhiḥ || 1.46||

Именно они и есть самадхи с семенем (сабиджа-самадхи). (1.46)

*tā* – они, те, (каждое из этих состояний – савитарка-, нирвитарка-, савичара-, нирвичара-самапатти).  
*eva* – только, именно, поистине.  
*sabīja* – с семенем.

<sup>10</sup> Таким объектом может быть, например, определенная идея или состояние, а также различные тонкие таттвы: танматры, ахамкара, буддхи и т. д.

<sup>11</sup> Aliṅga – не имеющее признаков, недифференцированное и непроявленное; в Санкхье – авьякта-пракрिति.



*samādhi* – самадхи, созерцание, сосредоточение, единение; поглощение, погружение, ровное осознание.

## निर्विचारवैशारद्येऽध्यात्मप्रसादः ॥ १.४७ ॥

nirvicāravaiśāradye'dhyātmaprasādaḥ || 1.47||

С совершенством нирвичары [приходит] внутренняя чистота, умиротворение. (1.47)

*nirvicārā* – нерелексивное созерцание; созерцание, очищенное от рефлексий тонкого.  
*vaiśāradye* – (7 падеж от *vaiśāradya*) опыт, искусность, совершенство, опытность, безошибочность, мудрость, чистота сознания, непогрешимость.  
*adhyātma* – внутренняя сущность, истинное я, высший дух, высшее я; ассоциируется с Пурушей, Чит-шакти, Атманом и зрящим.  
*prasāda* – ясность, гармония, прозрачность, чистота; умиротворение, доброта, безмятежность, состояние мира, тишина.

## ऋतम्भरा तत्र प्रज्ञा ॥ १.४८ ॥

ṛtambharā tatra prajñā || 1.48||

Тогда [обретается] мудрость, дарующая истину<sup>12</sup>. (1.48)

*ṛtam* – (от *ṛta*) истина, космический закон; порядок, космическая гармония; праведность.  
*bharā* – несущая, порождающая, обеспечивающая; поддерживающая, сохраняющая, дарующий.  
*ṛtambharā* – носящая истину в себе.  
*tatra* – там; тогда.  
*prajñā* – мудрость, проницательность, познание, осознание.

## श्रुतानुमानप्रज्ञाभ्यामन्यविषया विशेषार्थत्वात् ॥ १.४९ ॥

śrutānumānaprajñābhyāmanyaviṣayā viśeṣārthatvāt || 1.49||

[Эта мудрость] отличается от знания, [полученного на основе] услышанного или обдуманного, поскольку напрямую соотносится со спецификой объекта<sup>13</sup>. (1.49)

*śruta* – услышанное; то, что было услышано или узнано через традицию; устное указание, священное знание.  
*anumāna* – логический вывод, умозаключение.  
*prajñābhyāt* – (5 падеж дв.ч. от *prajñā*) мудрость, проницательность, познание.  
*anya* – другой, отличный.  
*viṣayā* – поле или сфера деятельности, объект чувств; любой объект восприятия, опыт.  
*viśeṣa* – различие, конкретное качество, специфика; особый, конкретный.  
*arthatvāt* – (5 падеж от *arthatva*) значение, полезность, значительность, целевая направленность.

## तज्जः संस्कारोऽन्यसंस्कारप्रतिबन्धी ॥ १.५० ॥

tajjaḥ saṃskāro'nyasaṃskārapratibandhī || 1.50||

<sup>12</sup> Несущая истину, содержащая в себе истину.

<sup>13</sup> То есть не с понятиями, словами или ассоциациями, касающимися объекта, которые представляют собой общее знание, а непосредственно с природой объекта.

Самскар, порожденные [высшей мудростью], предотвращают возникновение других самскар [более низкого порядка]. (1.50)

*tajja* – рожденный, возникший из этого/того (*tad* – тот, *ja* – рожденный).

*saṁskāra* – впечатления, отпечатки в уме, воспоминания; впечатления в уме от действий и эмоциональных реакций, формирующие тенденции к их повторению.

*anya* – другой, иной.

*pratibandhī* – (1 падеж ед.ч. м.р. от *pratibandhin*) препятствующий, мешающий, задерживающий, предотвращающий.

**तस्यापि निरोधे सर्वनिरोधान्निर्बीजः समाधिः ॥ १.५१ ॥**

tasyāpi nirodhe sarvanirodhānnirbījaḥ samādhiḥ || 1.51||

При устранении даже этих [самскар], благодаря прекращению всего<sup>14</sup>, обретается нирбиджа-самадхи. (1.51)

*tasya* – (6 падеж от *tad*) чей, того.

*apī* – также, даже.

*nirodhe* – (7 падеж от *nirodha*) контроль, управление, проверка; регулирование, устранение, сдерживание, подавление, разрушение; ограничение, обуздание, удержание.

*sarva* – все.

*nirodhāt* – (5 падеж от *nirodha*) контроль, управление, проверка; регулирование, устранение, сдерживание, подавление, разрушение; ограничение, обуздание, удержание.

*nirbīja* – отсутствие семени, без семени.

*samādhi* – самадхи, созерцание, сосредоточение, глубокое осознание; глубокая медитация; объединение, соединение, единение, согласие, интеграция; поглощение, погружение.

**॥ इति पतञ्जलि-विरचिते योग-सूत्रे प्रथमः समाधि-पादः ॥**

|| iti patañjali-viracite yoga-sūtre prathamah samādhi-pādaḥ ||

Такова первая глава «О самадхи» в Йога-сутрах, составленных Патанджали.

<sup>14</sup> Прекращение всей деятельности ума, отсутствие возникновения любых самскар.

॥ द्वितीयोऽध्यायः ॥

॥ साधन-पादः ॥

॥ dvitīyo'dhyāyaḥ ॥

॥ sādhana-pādaḥ ॥

## Глава вторая. О садхане [йоги]

तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः ॥ २.१ ॥

tapasḥsvādhyāyeśvarapraṇidhānāni kriyāyogaḥ || 2.1||

Тапас, самопознание, преданность Ишваре – это и есть крийя-йога. (2.1)

*tapasḥ* – (1 или 2 падеж от *tapas*) тапас, аскетизм; подвижничество, воздержание, самообуздание, самодисциплина; теплота, жар.

*svādhyāya* – самоизучение, самоисследование, самопознание, изучение писаний, священных текстов.

*īśvara* – Господь, Высшее Существо, Высший Дух, Бог; владыка, повелитель, властитель.

*praṇidhānāni* – (1 или 2 падеж мн.ч. от *praṇidhāna*) посвящение, отдача себя, преданность, созерцание; почтительное поведение.

*kriyā-yogaḥ* – йога действия, путь действия, использование средств для достижения цели; активная преданность, путь недеяния через деяние.

*kriyā* – делание, исполнение, действие, усилие; исцеление, религиозный обряд.

समाधिभावनाथः क्लेशतनूकरणार्थश्च ॥ २.२ ॥

samādhibhāvanārthaḥ kleśatanūkaraṇārthaśca || 2.2||

[Ее практикуют] с целью ослабления омрачений и развития самадхи. (2.2)

*samādhi* – самадхи, созерцание, сосредоточение, единение, союз, целостность.

*bhāvana* – рождение, проявление, возникновение, становление; порождающий бытие; формирование в уме, понятие, концепция, представление, фантазия, проекция.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, воля, успех, назначение, благо, выгода, полезность, преимущество, ценность; объект.

*kleśa* – омрачение; причина скорби, несчастий, страданий; аффект; препятствия, порождающие боль, несчастье; мучение, скорбь, горе, бедствие, беспокойство, печаль; все, что ограничивает проявление истинной природы.

*tanū* – ослабление.

*karaṇa* – причина, действие.

*arthaḥ* – значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, воля, замысел, результат, успех, назначение; объект.

अविद्यास्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः क्लेशाः ॥ २.३ ॥

avidyāsmitārāgadveṣābhiniveśāḥ kleśāḥ || 2.3||

[Формы] омрачений [таковы]: невежество, эгоизм, влечение, отвращение, жажда жизни. (2.3)

*avidyā* – неведение, невежество, ошибочное понимание, иллюзия; незнание сущностной реальности.

*asmitā* – чувство я есть, я-концепция, эгоизм, эго-сознание, самость.

*rāga* – желание, привязанность, страсть, влечение, цвет, окрашенность.

*dveṣa* – ненависть, неприязнь, нерасположение, антипатия, отвержение, вражда, враждебность.

*abhiniveśa* – стремление к непрерывности; стремление к прекращению существования; привязанность к жизни, желание оставаться живым; страх прекращения жизни, страх смерти, страх небытия, страх, глубокое чувство тревоги.

*kleśāḥ* – (мн. ч. от *kleśa*) омрачение; причина скорби, несчастий, страданий; аффект;

препятствия, порождающие боль, несчастье; мучение, скорбь, горе, бедствие, беспокойство, печаль; все, что ограничивает проявление истинной природы.

## अविद्या क्षेत्रमुत्तरेषां प्रसुप्ततनुविच्छिन्नोदाराणाम् ॥ २.४ ॥

*avidyā kṣetramuttareṣāṃ prasuptatanuvicchinnotdārāṇām* || 2.4||

Невежество – это источник<sup>15</sup> остальных омрачений, [пребывающих в] спящем, ослабленном, прерванном или активном [состояниях]. (2.4)

*avidyā* – неведение, невежество, ошибочное понимание, иллюзия; незнание сущностной реальности.

*kṣetram* – (1 падеж от *kṣetra*) поле, почва; местность; область, место, пространство, сфера деятельности; происхождение, источник; тело, природа.

*uttareṣām* – (6 падеж мн.ч. от *uttara*) следующих, последующих, других, оставшихся.

*prasupta* – спящий, бездействующий, неактивный, латентный.

*tanu* – ослабленный, уменьшенный, тонкий.

*vicchinpā* – законченный, прекратившийся, больше не существующий, прерванный, преротвращенный, разъединенный.

*udāra* – активный, проявленный, сильный, интенсивный. *āṇāt* – указывает на мн.ч. 6 падеж, для всего сложного слова.

## अनित्याशुचिदुःखानात्मसु नित्यशुचिसुखात्मख्यातिरविद्या ॥ २.५ ॥

*anityāśuciduḥkhānātmasu nityaśucisukhātmakhyātiravidyā* || 2.5||

Невежество (авидья) – это принятие изменчивого за вечное, нечистого – за чистое, страдания – за счастье, не Атмана – за Атман<sup>16</sup>. (2.5)

*anitya* – непостоянный, временный, неопределенный, временный, временный.

*aśuci* – нечистый, грязный.

*duḥkha* – боль, страдание, беспокойство, мука, горе, печаль, неприятность, заботы, беда, трудность, препятствие.

*anātmasu* – (7 падеж мн. ч. от *anātman*, относится ко всему сложному слову) не-я, не-Атман, не истинное Я; лишённое сущности, недуховное.

*nitya* – постоянный, постоянный, вечный; неизменный.

*śuci* – чистый, ясный.

*sukha* – счастье, радость, удовольствие.

*ātma* – истинное я, Атман, сущность, реальность.

*khyāti* – осознание, понимание, убежденность, мнение, представление, пронизательность, видение, восприятие, ощущение, признание.

*avidyā* – неведение, невежество, ошибочное понимание, иллюзия; незнание.

<sup>15</sup> Kṣetram можно перевести как «поле», где произрастают омрачения.

<sup>16</sup> Дословный вариант перевода: Неведение есть принятие не вечного, нечистого, страдания и не-Атмана за вечное, чистое, счастье, Атман.

## दृग्दर्शनशक्त्योरेकात्मतेवास्मिता ॥ २.६ ॥

dr̥gdarśanaśaktyorekātmatevāsmitā || 2.6||

Эгоизм (асмита) – это отождествление видящего и способности видеть<sup>17</sup>. (2.6)

*dr̥k* – зрящий, видящий; свидетель, наблюдатель; видение.

*darśana* – способность видеть, воспринимать; инструмент видения.

*śaktyoḥ*<sup>18</sup> – (дв. ч. от *śakti*, относится ко всему сложному слову) способность, сила, могущество, энергия, инструмент.

*ekātmatā* – отождествление, идентификация; тождественность сущности.

*iva* – подобно, как если, как будто, так.

*asmitā* – чувство я есть, эгоизм, эго-сознание.

## सुखानुशयी रागः ॥ २.७ ॥

sukhānuśayī rāgaḥ || 2.7||

Влечение (рага) – это следствие удовольствия<sup>19</sup>. (2.7)

*sukha* – счастье, радость, удовольствие.

*anuśayī* – (1 п. от *anuśayin*) следствие, результат, реакция, неразрывно связанный с чем-либо.

*rāga* – желание, привязанность, страсть, влечение, страстное увлечение; цвет, оттенок; эмоция, страстность, любовь, привязанность, наслаждение.

## दुःखानुशयी द्वेषः ॥ २.८ ॥

duḥkhānuśayī dveṣaḥ || 2.8||

Отвращение (двеша) – это следствие страдания. (2.8)

*duḥkha* – боль, страдание, скорбь, беспокойство, мука, горе, печаль, неприятность, заботы, беда, волнение, трудность, препятствие.

*anuśayī* – (1 п. от *anuśayin*) следствие, результат, реакция, неразрывно связанный с чем-либо.

*dveṣa* – ненависть, неприязнь, нерасположение, антипатия, отвращение, вражда.

## स्वरसवाही विदुषोऽपि तथारूढोऽभिनिवेशः ॥ २.९ ॥

svarasavāhī viduṣo'pi tathārūḍho'bhiniveśaḥ || 2.9|

Проистекающая из собственной природы [существования], жажда жизни (абхинивеша) присуща даже мудрому. (2.9)

*sva* – собственный, свой.

*rasa* – природа, сущность; сок, своя собственная основа; склонность, вкус.

*vāhī* – несущий, переносящий, перевозящий; вынуждающий течь, выливающий, изливающийся, проистекающий.

*viduṣaḥ* – (6 п. ед.ч от *vidvas*) учитель, ученый, знающий, мудрый, провидец.

*api* – даже.

<sup>17</sup> Другой вариант перевода: Эгоизм – это кажущаяся идентичность способности видеть (*darśana-śakti*) и силы чистого видения (*dr̥gśakti*).

<sup>18</sup> *Dr̥gśakti* – сила видения или сила видящего, обозначение Пуруши; *darśana-śakti* – это инструмент видения, восприятия, относится к Антакхарану.

<sup>19</sup> Вариант перевода: Привязанность возникает из удовольствия.

*tathā – таким образом, так же.*

*rūdhā – установленный, процветающий, развившийся, распространенный.*

*abhiniveśa – стремление к непрерывности; стремление к прекращению существования; привязанность, жажда жизни, желание оставаться живым, страх смерти.*

## ते प्रतिप्रसवहेयाः सूक्ष्माः ॥ २.१० ॥

te pratiprasavaheyāḥ sūkṣmāḥ || 2.10||

Эти тонкие [формы омрачений] устраняются при обращении [сознания] назад к источнику возникновения. (2.10)

*te – эти (клеши).*

*prati – назад, против, возвращение.*

*prasava – исток, причина, зарождение; произведение, произведение потомства, порождение, рождение, источник, начало.*

*heyāḥ – (мн.ч. от heya) быть отброшенным или устраненным, отклоненным.*

*sūkṣmāḥ – (мн.ч. от sūkṣma) тонкий, неуловимый, невидимый, неясный, мельчайший, едва различимый, неосязаемый, непостижимый.*

## ध्यानहेयास्तद्वृत्तयः ॥ २.११ ॥

dhyānaheyāstadvṛttayaḥ || 2.11||

Дхьяна устраняет действие этих [омрачений]<sup>20</sup>. (2.11)

*dhyāna – медитация, созерцание, осознание, внимание.*

*heyāḥ – (мн.ч. от heyaḥ) быть отброшенным или устраненным, отклоненным.*

*tad – тот, этот; там, в том месте; таким образом.*

*vṛttayaḥ – (мн.ч. от vṛtti) деятельность, активность, функция, процесс, функционирование; модификация; видоизменение; вращение, колебание, волнение, флуктуация.*

## क्लेशमूलः कर्माशयो दृष्टादृष्टजन्मवेदनीयः ॥ २.१२ ॥

kleśamūlaḥ karmāśayo dṛṣṭādrṣṭajanmavedanīyaḥ || 2.12||

Накопленная карма, корень которой – омрачения, переживается (реализуется) как в видимой, так и в невидимой [формах] рождения<sup>21</sup>. (2.12)

*kleśa – омрачение; причина скорби, несчастий, страданий; аффект; препятствия, порождающие боль, несчастье; мучение, скорбь, горе, бедствие, беспокойство.*

*mūla – корень, причина, основа.*

*karma – действие и последствие действия.*

*āśaya – место пребывания, убежище, место нахождения, сосуд, резервуар, хранилище, запас, накопление.*

*dṛṣṭa – видимый.*

*adrṣṭa – невидимый.*

*janma – жизнь, рождение, происхождение.*

*vedanīyaḥ – должный быть выраженным, воспринятым, проявленным, познанным, пережитым.*

<sup>20</sup> Вариант перевода: Эти видоизменения устраняются посредством дхьяны.

<sup>21</sup> Вьяса поясняет, что видимое рождение – это настоящая жизнь, а невидимая – будущая.

## सति मूले तद्विपाको जात्यायुर्भोगाः ॥ २.१३ ॥

sati mūle tadvipāko jātyāyurbhogāḥ || 2.13||

При наличии корня созревание этой [кармы обуславливает] условия рождения (джати), продолжительность жизни и жизненный опыт. (2.13)

*sati* – (7 п. от sat) в существующем, в настоящем, в существовании.

*mūle* – (7 п. от mūla) корень, причина, основа, начало.

*tat* – тот, этот, того.

*vipāka* – плод; созревание, реализация; эффект или результат действий.

*jāti* – рождение, происхождение; социальная среда, социальный класс; виды, класс, категория существования, жизни; обусловленные кармой условия, которое связывает человека с определенной средой; каста.

*āyu* – жизнь, земное существование, продолжительность жизни; здоровье.

*bhogāḥ* – (мн.ч. от bhoga, так как сложное слово) опыт, наслаждение, переживание (удовольствия или боли).

## ते ह्लादपरितापफलाः पुण्यापुण्यहेतुत्वात् ॥ २.१४ ॥

te hlādaparitāpaphalāḥ puṇyāpuṇyahetutvāt || 2.14||

Они (жизненный опыт и т.д.) принесут удовольствие или страдания, [в зависимости от того,] что было причиной – добродетель или порок<sup>22</sup>. (2.14)

*te* – эти, те, они (рождение, жизнь и опыт).

*hlāda* – удовольствие, радость, восторг.

*paritāpa* – боль, агония, горе, печаль и т. д.; приносящее горе.

*phalāḥ* – (мн.ч. от phala) плоды, эффекты, результаты, последствия.

*puṇya* – благоприятный, благожелательный, справедливый, приятный, хороший, правильный, добродетельный, похвальный, чистый, святой, священный.

*apuṇya* – нечистый, грязный, смешанный, с примесью, неоднородный, злой, нехороший, безнравственный, испорченный, грешный, порочный.

*hetutvāt* – в зависимости от его происхождения или причинности, по причине; причинность, причинная обусловленность.

## परिणामतापसंस्कारदुःखैर्गुणवृत्तिविरोधाच्च दुःखमेव सर्वं विवेकिनः ॥ २.१५ ॥

pariṇāmatāpasamskāraduḥkhaigūṇavṛttivirodhācca duḥkhameva sarvaṃ vivekinaḥ ||2.15||

Поистине, для различающего все является страданием вследствие изменчивости, боли, самскар (впечатлений) и беспокойств, а также из-за противоречивого действия гун. (2.15)

*pariṇāta* – трансформация, изменение, эволюция, модификация.

*tāpa* – беспокойство, расстройство, боль, страдание.

*samskāra* – впечатления, умственные впечатления или воспоминания, впечатление в уме.

*duḥkhaiḥ* – (3 п. мн. ч. от duḥkha) боль, страдание, скорбь, неудобство, беспокойство, тревога, мука, горе, печаль, неприятность, заботы, беда, волнение, препятствие.

*gūṇa* – качество, свойство, модус, три качества природы.

<sup>22</sup> Вариант перевода: Ввиду обусловленности добродетелью или пороком они [имеют своим] результатом наслаждение [или] страдание.

*vṛtti* – деятельность, активность, функция, процесс, функционирование; состояние, модификация; видоизменение; вращение, колебание, волнение, флуктуация.

*virodhāt* – (5 п. от *virodha*) конфликт, оппозиция, противоречие.

*ca* – и.

*duḥkha* – боль, страдание, скорбь, неудобство, беспокойство, тревога, мука, горе, печаль, неприятность, заботы, беда, волнение, препятствие.

*eva* – даже; только; поистине, действительно.

*sarvaṁ* – все, целый, полный; всегда.

*vivekinaḥ* – (5 или 6 падеж от *vivekin*) тот, кто имеет различающее видение, пронизательный, мудрый, разумный.

## हेयं दुःखमनागतम् ॥ २.१६ ॥

heyaṁ duḥkhamanāgatam || 2.16||

Следует устранить (предотвратить) еще не наступившее страдание<sup>23</sup>. (2.16)

*heya* – быть отброшенным или устраненным, отклоненным.

*duḥkha* – боль, страдание, скорбь, неудобство, беспокойство, тревога, мука, горе, печаль, неприятность, заботы, беда, волнение, препятствие.

*anāgata* – будущее, неизвестный, еще не наступивший.

## द्रष्टृदृश्ययोः संयोगो हेयहेतुः ॥ २.१७ ॥

draṣṭṛdṛśyayoḥ saṁyogo heyahetuḥ || 2.17||

Причина страдания, которую надо устранить – это отождествление (соединение) видящего и видимого. (2.17)

*draṣṭṛ* – зрящий, зритель, видящий наблюдатель; свидетель; субъект наблюдения; истинное я.

*dṛśyayoḥ* – (6 или 7 п. д.ч. от *dṛśya*) зримое, видимое; то, что видят, воспринимают.

*saṁyoga* – соединение, ассоциация, связь, единство; установление отождествления.

*heya* – должный быть отброшен или устранен, отклонен, отброшен, признан негодным.

*hetuḥ* – причина, происхождение, повод.

## प्रकाशक्रियास्थितिशीलं भूतेन्द्रियात्मकं भोगापवर्गार्थं दृश्यम् ॥ २.१८ ॥

prakāśakriyāsthitiśīlaṁ bhūteन्द्रियात्मकं bhogāpavargārthaṁ dṛśyam || 2.18||

Природа видимого – сияние (пракаша), действие (крия), неподвижность (стхити), оно состоит из элементов и индрий, а его целью является [обретения видящим] опыта и освобождения<sup>24</sup>. (2.18)

*prakāśa* – свет, сияние, яркость, блеск.

*kriyā* – действие, работа, активность.

*sthiti* – стойкость, устойчивость; состояние неподвижности, стабильности; инерция.

*śīla* – характер, поведение, склонность.

*bhūta* – элемент, сущность, бытие, существо; здесь имеются в виду Махабхуты – великие элементы.

*indriya* – сила, инструмент, органы чувств, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.

*ātma* – суть, сущность, природа реального.

*bhoga* – опыт, удовольствие; наслаждение.

<sup>23</sup> То есть возможное будущее страдание, которое еще не стало опытом.

<sup>24</sup> Видящий – Пуруша, видимое – Пракрити. Сияние, действие и неподвижность/инерция указывают на три гуны, свойственные Пракрити: саттва, раджа и тама.



*aravarga* – освобождение, выход из цикла перерождений, завершение.  
*artha* – значение, смысл; цель, намерение, успех, ценность; объект.  
*dr̥śya* – видимое, созерцаемое, известное; любой познаваемый объект.

## विशेषाविशेषलिङ्गमात्रालिङ्गानि गुणपर्वाणि ॥ २.१९ ॥

viśeṣāviśeṣaliṅgamātrāliṅgāni guṇaparvāṇi || 2.19||

Определенный (вишеша), неопределенный (авишеша), имеющий только признак (линга-матра) и вне признаков (алинга) – таковы уровни [проявления] гун<sup>25</sup>. (2.19)

*viśeṣa* – конкретный, определенный, особый, дифференцированный, имеющий различия или особенности.

*aviśeṣa* – недифференцированный или тонкий, общий; единообразный.

*liṅga* – признак, знак, характер.

*mātra* – измерение, размер; только, лишь одна вещь и ничего более.

*aliṅga* – не имеющее признаков, знаков; изначальная материальная субстанция (прадхана), постоянное «вещество» во всех вещах.

*guṇa* – качество, свойство.

*parvāṇi* – (2 падеж мн.ч. от *parvan*) уровни, ступени, порядки.

## द्रष्टा दृशिमात्रः शुद्धोऽपि प्रत्ययानुपश्यः ॥ २.२० ॥

draṣṭā dṛśimātraḥ śuddho'pi pratyayānupaśyaḥ || 2.20||

Видящему [присуща] только способность видеть; оставаясь чистым, [он] познает (видит) через разум (буддхи)<sup>26</sup>. (2.20)

*draṣṭā* – зрящий, зритель, наблюдатель; свидетель; субъект наблюдения.

*dṛśi* – видение, способность или возможность видеть, сила видения, наблюдение, зрение.

*mātra* – только.

*śuddha* – чистый, безупречный.

*api* – и, также, кроме того, даже.

*pratyaya* – представление, идея, понятие, концепция, предположение, мысль, содержание ума; образ (отражение) объекта в уме; разум, сознание, интеллект (буддхи).

*anupaśya* – восприятие, осознание, постижение, ощущение, видение.

## तदर्थ एव दृश्यस्यात्मा ॥ २.२१ ॥

tadārtha eva dṛśyasyātmā || 2.21||

Природа видимого – [быть познанным,] потому что лишь такова цель познающего<sup>27</sup>. (2.21)

*tad* – тот, его.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение, успех, назначение; объект.

*eva* – так, именно так, истинно, действительно, точно, только, лишь.

<sup>25</sup> Четыре уровня гун:

Определенный, дифференцированный – это махабхуты, индрии и манас.

Неопределенный, недифференцированный – ахамкара и танматры.

Имеющий только признак или знак – это буддхи (чистое бытие).

Вне качеств, лишенный знака, непроявленный – Пракрити, прадхана.

<sup>26</sup> Видящий – это Пуруша; разум, или интеллект – буддхи – здесь обозначен словом «пратьяя».

Также «пратьяя» может означать все содержимое сознания (буддхи) – мысли, идеи, концепции.

<sup>27</sup> Вариант перевода: Видимое существует лишь ради его цели [познавать].

*drśyasya* – (6 падеж от *drśya*) зримое, видимое, познаваемое, воспринимаемое.  
*ātmā* – сущность, суть, природа, реальность.

## कृतार्थं प्रति नष्टमप्यनष्टं तदन्यसाधारणत्वात् ॥ २.२२ ॥

*kṛtārthaṃ prati naṣṭamapyanaṣṭaṃ tadanyasādhāraṇatvāt* || 2.22||

Для того, кто достиг цели, [видимое] прекращает свое существование, для других – существует дальше, так как является общим [для всех]. (2.22)

*kṛta* – достигнутое, сделанное, выполненное.  
*arthaṃ* – значение, смысл; цель, намерение, результат, успех, благо; объект.  
*prati* – для, за, по направлению, напротив, против, сзади.  
*naṣṭam* – уничтоженные, несуществующий, потерянный, исчезнувший, скрывшийся, пропавший, погибший, разрушенный.  
*api* – и, кроме того, также, возможно, даже.  
*anaṣṭam* – неисчезнувший, непотерянный, неразрушенный, неуничтоженный.  
*taṭ* – оно, тот, то.  
*anya* – другие.  
*sādhāraṇatvāt* – имеющий или опирающийся на ту же самую поддержку или основание, принадлежащий или применимый ко многим или всем, общий для всех.

## स्वस्वामिशक्तयोः स्वरूपोपलब्धिहेतुः संयोगः ॥ २.२३ ॥

*svasvāmiśaktyoḥ svarūpopalabdhihetuḥ saṃyogaḥ* || 2.23||

Соединение (самйога) есть средство постижения истинной природы двух сил – обладателя и обладаемого<sup>28</sup>. (2.23)

*sva* – свой, собственный, эго, собственность, принадлежащее себе; свое собственное добро, богатство.  
*svāmi* – владелец, хозяин, господин, владыка.  
*śaktyoḥ* – (6 падеж дв. числа от *śakti*) способность, сила, могущество, энергия.  
*svarūpa* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность.  
*upalabdhi* – наблюдение, восприятие, осознание, постижение, ощущение, понимание, знание; понятие, концепция.  
*hetu* – причина, происхождение, повод, средства.  
*saṃyoga* – соединение, ассоциация, связь, единство; установление отождествления (между зрящим и зримым).

## तस्य हेतुरविद्या ॥ २.२४ ॥

*tasya heturavidyā* || 2.24||

Причина этого [соединения] – невежество (авидья). (2.24)

*tasya* – (6 падеж от *tad*) этого, того, его.  
*hetu* – причина, происхождение, повод.  
*avidyā* – неведение, невежество, ошибочное понимание, иллюзия.

<sup>28</sup> Свами (обладатель, господин) – Пуруша; сва (обладаемое, собственность) – Пракрिति. При их соединении происходит познание – как объектов (видимое, обладаемое), так и самого Пуруши (видящего). При этом познание видимого – это опыт (бхога), а познание сущности видящего – освобождение.

## तदभावात् संयोगाभावो हानं तद्दृशेः कैवल्यम् ॥ २.२५ ॥

tadabhāvāt saṃyogābhāvo hānaṃ taddr̥śeḥ kaivalyam || 2.25||

С исчезновением невежества исчезает соединение [видящего и видимого] – это избавление и есть освобождение (кайвалья<sup>29</sup>) видящего. (2.25)

*tad – это, то.*

*abhāva – исчезновение, несуществование, отсутствие существования.*

*saṃyoga – соединение, союз, связь, единение; контакт;*

*hāna – прекращение, упразднение, уничтожение, избавление.*

*dr̥śeḥ – (6 падеж от dr̥śi) видение, способность видения; свидетельство; зрящий.*

*kaivalya – полное освобождение, единственность, свобода, уединение, обособленность, трансцендентирование, не связанность ни с чем, отстранение от всех других связей, изолированность.*

## विवेकख्यातिरविप्लवा हानोपायः ॥ २.२६ ॥

vivekakhyaṭiraviplavā hānopāyaḥ || 2.26||

Непрерывное различающее познание (восприятие) – это средство устранения [невежества]. (2.26)

*viveka – (различение, пронизательность, способность различать.*

*khyāti – осознание, понимание, созерцание, видение, представление, пронизательность, восприятие, знание.*

*aviplava – непоколебимый, непрерывный, постоянный.*

*hāna – прекращение, упразднение, уничтожение, избавление.*

*upāya – средство.*

## तस्य सप्तधा प्रान्तभूमिः प्रज्ञा ॥ २.२७ ॥

tasya saptadhā prāntabhūmiḥ prajñā || 2.27||

Мудрость его<sup>30</sup> на предельной стадии – семичастная. (2.27)

*tasya – этого, его.*

*saptadhā – семь частей, семь аспектов, семичастный.*

<sup>29</sup> Кайвалья происходит от слова kevala (один, не связанный ни с чем) и означает освобождение в контексте полной обособленности и единства, когда есть только один (Пуруша), без второго.

<sup>30</sup> «Его» – имеется в виду обладатель различающего восприятия из предыдущей шлоки.

Семь видов мудрости описаны у Вьясы (в пер. Е.П. Островской и В.И. Рудого):

1. Познано [все], что следует устранить; в нем не осталось ничего, что должно быть познано.
2. Причины того, что следует устранить, [полностью] разрушены; в них не осталось ничего, что должно быть разрушено.
3. Избавление воспринимается непосредственно в йогическом сосредоточении, [именуемом] прекращение [потока сознания].
4. Средство избавления в форме различающего постижения стало объектом [непрерывного] культивирования. Это и есть четырехвидовое освобождение от следствий благодаря мудрости. Что касается освобождения сознания, то оно – трех видов.
5. Буддхи завершил свою функцию.
6. Гуны, словно лишённые устойчивости камни, падающие с вершины горы, стремятся к растворению в своей причине и исчезают вместе с ним, [сознанием]. И когда эти гуны полностью растворены, они не возникают вновь, ибо [им] нет применения.
7. В этом состоянии Пуруша, выйдя из соединения с гунами, [пребывает] в сиянии лишь собственной сущности, незагрязненной и абсолютно свободной.

*prānta* – последний, предел, граница.

*bhūmiḥ* – ситуация, место; основание; этап, уровень.

*prajñā* – мудрость, знание, понимание; интуитивное или трансцендентное знание.

## योगानुष्ठानादशुद्धिक्षये ज्ञानदीप्तिरा विवेकख्यातेः ॥ २.२८ ॥

yogaṅgānuṣṭhānādaśuddhikṣaye jñānadīptirā vivekakhyāteḥ || 2.28||

При устранении загрязнения путем неустанной практики частей йоги свет знания приводит к различающему познанию. (2.28)

*yoga* – йога.

*āṅga* – член, часть, существенный атрибут; компонент системы.

*anuṣṭhānād* – (5 падеж от *anuṣṭhāna*) упражнение, практика, дисциплина.

*aśuddhi* – примесь, загрязнение, нечистота.

*kṣaye* – (7 падеж от *kṣaya*) уничтожение, исчезновение, устранение, утрата или окончание.

*jñāna* – знание, познание, понимание.

*dīpti* – излучение, яркость, свет, блеск.

*ā* – в сторону, по направлению.

*viveka* – различение, проницательность, способность различать.

*khyāteḥ* – (5 падеж от *khyāti*) осознание, понимание, восприятие, знание.

## यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोऽष्टावङ्गानि ॥ २.२९ ॥

yamaniyamāsanaprāṇāyāmapratyāhāradhāraṇādhyānasamādhayo'ṣṭāvāṅgāni || 2.29||

Восемь частей йоги – это яма, нияма, асана, пранаяма, пратьяхара, дхарана, дхьяна, самадхи. (2.29)

*yama* – контроль, сдерживание, сдержанность; правило, регулирующий принцип, ограничение.

*niyama* – предписание, обет, самоограничение; регулирующие принципы.

*āsana* – положение, пребывание, нахождение в определенной позе, сидение, место.

*prāṇāyāma* – контроль дыхания, управление жизненной силой.

*pratyāhāra* – удержание чувств; воздержание от того, что питает (*āhāra*) чувства, отстраненность, отвлечение чувств от восприятия объектов.

*dhāraṇā* – концентрация, удержание; фиксация внимания на объекте.

*dhyāna* – медитация, созерцание, восприятие, сосредоточенное размышление, поток познания, осознания.

*samādhaṃ* – (1 падеж, мн.ч от *samādhi*) самадхи, созерцание, сосредоточение; осознание, соединение, единение, интеграция; поглощение, созерцательное погружение, целостность.

*aṣṭa* – восемь.

*āṅgāni* – (1 падеж, мн.ч. от *āṅga*) часть, член, компонент системы.

## अहिंसासत्यास्तेयब्रह्मचर्यापरिग्रहा यमाः ॥ २.३० ॥

ahimsāsatyāsteyabrahmacaryāparigrahā yamāḥ || 2.30||

Ямы таковы: ненасилие (ахимса), правдивость (сатья), неприсвоение чужого (астея), следование Высшему (брахмачарья), нестяжательство (апариграха). (2.30)

*ahimsā* – ненасильственность, непричинение другим вреда; воздержание от насилия.

*satya* – истинность, правдивость, искренность, честность.

*asteya* – неворовство, воздержание от воровства, захвата чужого.

*brahmacarya* – целомудрие, воздержание от чувственных удовольствий; поведение, направленное на осознание истины, воздержание от чувственных удовольствий.

*aparigrahāḥ* – (1 падеж, мн.ч. от *aparigraha*) неприятие даров, воздержание от богатства, отсутствие жадности, нестяжательство.  
*yatāḥ* – (мн.ч. от *yata*) контроль, акт сдерживания, воздержание; правило, регулирующий принцип, ограничение.

## जातिदेशकालसमयानवच्छिन्नाः सार्वभौमा महाव्रतम् ॥ २.३१ ॥

*jātideśakālasamayānavacchinnāḥ sārvabhaumā mahāvratam* || 2.31||

Это – всеобщие великие обеты (махаврата), не ограниченные обстоятельствами, временем, местом или происхождением [человека]. (2.31)

*jāti* – рождение, происхождение; социальная среда, социальный класс; категория существования, жизни.

*deśa* – место, положение, область, страна.

*kāla* – время, период.

*samaya* – обстоятельство, состояние, ситуация; обычай, соглашение.

*anavacchinnāḥ* – (мн.ч. от *anavacchinna*) неограниченные; необусловленные; неуничтожимые, вечные.

*sārva* – все, связанный со всем, универсальный.

*bhaumāḥ* – (мн.ч. от *bhūma*) связанный с землей, земной.

*mahā* – великий.

*vrata* – обет, правило, обязательство, добродетель.

## शौचसंतोषतपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि नियमाः ॥ २.३२ ॥

*śaucasamtoṣatapaḥsvādhyāyeśvarapraṇidhānāni niyamāḥ* || 2.32||

Ниямы таковы: чистота (шауча), удовлетворенность (сантоша), аскетизм (тапас), самопознание (свадхьяя) и преданность Ишваре (Ишварапранидхана). (2.32)

*śauca* – чистота, очищение; поддержание внутренней и внешней чистоты.

*santoṣa* – удовлетворенность, самодостаточность, довольство тем, что есть.

*tapas* – аскетизм; аскетическая практика, подвижничество, воздержание, самообуздание; самодисциплина; теплота, жар.

*svādhyāya* – самоизучение, самоисследование, самопознание, повторение наизусть или декламация мантр писаний; изучение себя, изучение писаний.

*īśvara* – Ишвара, Высшее Существо, Высший Дух, Бог, Существование; владыка, повелитель, властитель.

*praṇidhānāni* – (1 падеж мн.ч. от *praṇidhāna*) преданность, молитва, медиация, внимание, фиксация, стремление, проявление уважения.

*niyamāḥ* – (мн.ч. от *niyata*) предписание, обет, самоограничение; регулирующие принципы; правила, принципы.

## वितर्कबाधने प्रतिपक्षभावनम् ॥ २.३३ ॥

*vitarkabādhane pratipakṣabhāvanam* || 2.33||

При [возникновении] мыслей или намерений, препятствующих [исполнению обетов], следует культивировать противоположные [мысли или намерения]. (2.33)

*vitarka* – рассуждение, обдумывание, намерение, аргументирование, соображение.

*bādhane* – (7 падеж от *bādhana*) устранение, отклонение, оппозиция, торможение. *pratipakṣa* – противоположность; противоположная позиция.

*bhāvanam* – (1 падеж от *bhāvana*) рождение, проявление, возникновение, развитие, становление; формирование в уме, понятие, концепция, представление.

**वितर्का हिंसादयः कृतकारितानुमोदिता लोभक्रोधमोहपूर्वका  
मृदुमध्याधिमात्रा दुःखाज्ञानानन्तफला इति प्रतिपक्षभावनम् ॥ २.३४ ॥**

vitarkā himsādayaḥ kṛtakāritānumoditā lobhakrodhamohapūrvakā  
mṛdumadhyādhimātrā duḥkhājñānānantaphalā iti pratipakṣabhāvanam || 2.34||

Помыслы о насилии и прочем – совершенном, побужденном к совершению [или] одобренном – порожденные жадностью, гневом или заблуждением, приносят в качестве неисчислимых плодов страдание и невежество (отсутствие знания) независимо от того слабые они, средние или сильные. Поэтому необходимо культивировать противоположные мысли. (2.34)

*vitarkā* – (мн.ч. от *vitarka*) рассуждение, обдумывание, намерение, цель, аргументирование, соображение.

*himsādayaḥ* – (мн.ч. для *himsa+ādi*) насилие, вред и подобные им.

*kṛta* – сделанный, выполненный.

*kārita* – (каузативное причастие прош.вр.) поручать действовать другим, быть причиной сделанного.

*anumoditā* – (мн.ч. от *anumodita*) с согласия, одобрения.

*lobha* – жадность.

*krodha* – гнев, ярость.

*moha* – заблуждение, глупость, иллюзия, бессознательность.

*pūrvaka* – предшествует чему-то, основанное на чем-то, связанное с чем-то.

*mṛdu* – слабые, мягкий, легкий.

*madhya* – умеренный, средний, промежуточный.

*adhimātrāḥ* – (мн.ч от *adhimātra*) интенсивный, мощный.

*duḥkha* – боль, страдание, скорбь, неудобство, беспокойство, трудность, препятствие.

*ajñāna* – невежество, отсутствие понимания или знания.

*ananta* – бесконечный, неограниченный.

*phalāḥ* – (мн.ч. от *phala*) эффекты, результаты, последствия, плоды.

*iti* – таким образом, следовательно, поэтому.

*pratipakṣa* – напротив, с другой стороны, противоположное.

*bhāvanam* – (1 падеж ср.р. от *bhāvana*) рождение, проявление, возникновение, становление; производящий, осуществляющий; формирование в уме, развитие, культивация.

**अहिंसाप्रतिष्ठायां तत्सन्निधौ वैरत्यागः ॥ २.३५ ॥**

ahimsāpratiṣṭhāyām tatsannidhau vairatyāgaḥ || 2.35||

В присутствии того, кто утвердился в ненасилии (ахимса), исчезает враждебность. (2.35)

*ahimsā* – ненасильственность, непричинение другим вреда; воздержание от насилия, причинения боли, лишения жизни.

*pratiṣṭhāyām* – (7 падеж от *pratiṣṭha*) утвержденный, в месте покоя, в качестве основы или основания.

*tat* – (2 падеж от *tad*) это, то.

*sannidhau* – (7 падеж от *sannidhi*) расположенные рядом с чем-то, в присутствии чего-то; по соседству.

*vaira* – враждебность, неприязнь, вражда.

*tyāgaḥ* – прекращение, отказ, отвержение.

**सत्यप्रतिष्ठायां क्रियाफलाश्रयत्वम् ॥ २.३६ ॥**

satyapratīṣṭhāyām kriyāphalāśrayatvam || 2.36||

При утверждении в истине (сатья) плоды [действия] соответствуют [самому] действию<sup>31</sup>. (2.36)

*satya* – истинность, правдивость, воздержание от лжи; искренность, честность.  
*pratiṣṭhāyām* – (7 падеж от *pratiṣṭha*) утверждённый, в месте покоя, в качестве основы или основания.  
*kriyā* – действие.  
*phala* – плод, результат.  
*āśrayatvam* – связь, зависимость, отношения.

### अस्तेयप्रतिष्ठायां सर्वरत्नोपस्थानम् ॥ २.३७ ॥

asteyapraṭiṣṭhāyām sarvaratnopasthānam || 2.37||

Утвердившемуся в неприсвоении чужого (астейя) приходят все сокровища. (2.37)

*asteya* – неворовство, воздержание от воровства, захвата чужого.  
*pratiṣṭhāyām* – (7 падеж от *pratiṣṭha*) утверждённый, в месте покоя, в качестве основы или основания.  
*sarva* – все.  
*ratna* – сокровище, богатство, драгоценность.  
*upasthānam* – приближаясь, подходя, близость, доступ, появление.

### ब्रह्मचर्यप्रतिष्ठायां वीर्यलाभः ॥ २.३८ ॥

brahmacaryapraṭiṣṭhāyām vīryalābhaḥ || 2.38||

Утвердившийся в следовании Брахману (брахмачарья) обретает жизненную силу (вирья). (2.38)

*brahmacarya* – следование Брахману, поведение, направленное на осознание истины и присутствие в Высшем, воздержание от чувственных удовольствий.  
*pratiṣṭhāyām* – (7 падеж от *pratiṣṭha*) утверждённый, в месте покоя, в качестве основы или основания.  
*vīrya* – сила, мощь; жизненная сила, энергия; мужественность, доблесть; семя. *lābhaḥ* – приобретение, получение, обретение.

### अपरिग्रहस्थैर्ये जन्मकथंतासम्बोधः ॥ २.३९ ॥

aparigrahasthairye janmakathamtāsambodhaḥ || 2.39||

При утверждении в нестяжательстве (апариграха) обретается совершенное знание причин рождения. (2.39)

*aparigraha* – неприятие даров, воздержание от богатства, отсутствие жадности, нестяжательство.  
*sthairye* – (7 падеж от *sthairya*) стабильность, неподвижность, неизменность, стойкость.  
*janma* – происхождение, рождение: существование.  
*kathamtā* – как и почему; (цель и причина).  
*sambodhaḥ* – совершенное знание, полное понимание.

<sup>31</sup> Вариант перевода: Утвердившийся в правдивости обретает контроль над плодами действий.

## शौचात् स्वाङ्गजुगुप्सा परैरसंसर्गः ॥ २.४० ॥

śaucāt svāṅgajugupsā parairasamsargaḥ || 2.40||

От чистоты (шауча) [возникает] отвращение к собственному телу и нежелание контакта с другими [телами]. (2.40)

*śaucāt – (5 падеж от śauca) чистота, очищение.*

*svāṅga – (svā+aṅga) собственное тело.*

*jugupsā – отвращение, неприязнь, отстраненность.*

*paraiḥ – (3 падеж мн.ч. от para) через других, с другими, посредством других. asaṁsargaḥ – прекращение контакта, отношений; несвязанность.*

## सत्त्वशुद्धिसौमनस्यैकाग्र्येन्द्रियजयात्मदर्शन-योग्यत्वानि च ॥ २.४१ ॥

sattvaśuddhisaumanasyaikāgryendriyajayātmadarśana-yogyatvāni ca || 2.41||

А также чистота саттвы (буддхи), радость, сосредоточенность, обуздание органов чувств и способность к самоосознанию (Атма-даршана). (2.41)

*sattva – существование, сущность, совершенство, свет, ясность, чистота, добродетель, истина; самый чистый аспект разума, буддхи.*

*śuddhiḥ – очищение, чистота.*

*saumanasya – радость, бодрость, удовлетворенность.*

*ekāgrya – сфокусированность, концентрация на одном, однонаправленность внимания, пристальное внимание, сосредоточенность.*

*indriya – органы чувств, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.*

*jayā – победа, мастерство, превосходство.*

*ātmadarśana – знание или видение собственной природы (Атмана), самоосознание; созерцание себя.*

*yogyatvāni – (1 или 2 падеж от yogyatva) способность, возможность, уместность.*

*ca – и, также.*

## संतोषादनुत्तमसुखलाभः ॥ २.४२ ॥

saṁtoṣādanuttamasukhalābhaḥ || 2.42||

Вследствие удовлетворенности (сантоша) обретается высшее счастье. (2.42)

*saṁtoṣāt – (5 падеж от saṁtoṣa) удовлетворенность.*

*anuttamaḥ – высший, отличный, лучший, непревзойденный.*

*sukha – счастье, радость, удовольствие.*

*lābhaḥ – получение, обретение, приобретение.*

## कायेन्द्रियसिद्धिरशुद्धिक्षयात् तपसः ॥ २.४३ ॥

kāyendriyasiddhiraśuddhikṣayaāt tapasaḥ || 2.43||

Вследствие разрушения нечистоты, тапас [ведет к] совершенству тела и органов чувств. (2.43)

*kāya – тело.*

*indriya – органы чувств, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.*



*siddhiḥ* – совершенство, реализация, достижение, выполнение, завершение: сверхъестественная сила.

*aśuddhi* – примесь, пятно, нечистота, загрязненность.

*kṣayāt* – (5 падеж от *kṣaya*) устранение, уничтожение, исчезновение, потеря, снижение или обесценивание.

*tapah* – (1 или 2 падеж от *tapas*) тапас, аскетизм; подвижничество, воздержание, самообуздание, самодисциплина; теплота, жар.

## स्वाध्यायाद् इष्टदेवतासंप्रयोगः ॥ २.४४ ॥

svādhyāyād iṣṭadevatāsamprayogaḥ || 2.44||

Благодаря самопознанию [возникает] единение с Ишта-дэватой. (2.44)

*svādhyāyat* – (5 падеж от *svādhyāya*) самоизучение, самоисследование, самопознание, повторение наизусть или декламация мантр писаний; движение к самому себе.

*iṣṭa* – почитаемый, возлюбленный.

*devatā* – божество, божественность, Бог, почитаемое божество.

*saṁprayogaḥ* – связь, соединение, общение; единство.

## समाधिसिद्धिरीश्वरप्रणिधानात् ॥ २.४५ ॥

samādhisiddhirīśvarapraṇidhānāt || 2.45||

Благодаря преданности Ишваре [достигается] совершенство самадхи. (2.45)

*samādhi* – самадхи, поглощение, глубокая медитация, созерцание; союз, соединение, единение, интеграция; созерцательное погружение, целостность; единство с объектом созерцания.

*siddhiḥ* – совершенство, реализация, достижение, выполнение, завершение: сверхъестественная сила.

*īśvara* – Господь, Высшее Существо, Высший Дух, Бог, Существование; владыка, повелитель, властитель.

*praṇidhānāt* – (5 падеж от *praṇidhāna*) посвящение, отдача себя, преданность, глубокое духовное размышление, отвлеченное созерцание; почтительное поведение, внимание к чему-либо;

## स्थिरसुखम् आसनम् ॥ २.४६ ॥

sthirasukham āsanam || 2.46||

Асана – это устойчивое приятное [положение]<sup>32</sup>. (2.46)

*sthira* – устойчивый; сильный, стабильный, фиксированный, неподвижный, постоянный.

*sukham* – удобный, приятный, комфортный, счастливый; благоприятное пространство.

*āsanam* – (1 или 2 падеж от *āsana*) поза, положение, позиция; место пребывания.

## प्रयत्नशैथिल्यानन्तसमापत्तिभ्याम् ॥ २.४७ ॥

prayatnaśaithilyānantasamāpattibhyām || 2.47||

[Она достигается] благодаря ослаблению усилий и поглощенности в бесконечность. (2.47)

---

<sup>32</sup> Варианты перевода:

Асана – это неподвижная и удобная/комфортная [поза].

Асана есть стабильная [поза] с совершенным внутренним пространством (сукха).

*prayatna* – напряжение, усилие, настойчивость, целеустремленность.  
*śaithilya* – расслабление, ослабление.  
*ananta* – бесконечность, вечность.  
*samāpatti* – погруженность сознания в; поглощенность, созерцание (самадхи), единение, вхождение, проникновение в состояние.  
*-bhyām* – указывает на дв. число, 3 или 5 падеж.

## ततो द्वन्द्वानभिघातः ॥ २.४८ ॥

tato dvandvānabhighātaḥ || 2.48||

Таким образом влияние противоположностей прекращается<sup>33</sup>. (2.48)

*tataḥ* – таким образом, следовательно, от этого.  
*dvañdva* – двойственность, полярность, пара противоположностей.  
*anabhighātaḥ* – свобода от влияния, ущерб, эффекта или беспокойства.

## तस्मिन्सति श्वासप्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायामः ॥ २.४९ ॥

tasminsati śvāsapraśvāsayorgativicchedaḥ prāṇāyāmaḥ || 2.49||

При нахождении в ней (в асане) прекращается движение вдоха и выдоха. [Это и есть] пранаяма<sup>34</sup>. (2.49)

*tasmin* – в том, в нем.  
*sati* – (7 падеж от sat) в существующем, в настоящем, существовании, пребывании.  
*śvāsa* – дыхание, вдох.  
*praśvāsyoḥ* – (6 или 7 падеж дв.ч. от praśvāsa) выдох.  
*gati* – движение, процесс.  
*vicchedaḥ* – прерывание, прекращение, задержание, разделение, удаление.  
*prāṇāyāmaḥ* – управление жизненной энергией, праной; контроль дыхания.

## बाह्याभ्यन्तरस्तम्भवृत्तिर्देशकालसंख्याभिः परिदृष्टो दीर्घसूक्ष्मः ॥ २.५० ॥

bāhyābhyantarastambhavṛttirdeśakālasaṅkhyābhiḥ paridr̥ṣṭo dīrghasūkṣmaḥ || 2.50||

[Она] бывает внешняя, внутренняя, [или как] остановка колебания [дыхания], определяется местом, временем и количеством, и [благодаря этому постепенно становится] длительной и тонкой. (2.50)

*bāhya* – внешний.  
*abhyantara* – внутренний.  
*stambha* – задержка, приостановка или остановка, фиксация.  
*vṛttiḥ* – деятельность, активность, колебание, процесс, волнение.  
*deśa* – место.  
*kāla* – время.  
*saṅkhyābhiḥ* – (3 падеж мн.ч. от sāṅkhya) количество.  
*paridr̥ṣṭo* – (1 падеж и сандхи висарги от paridr̥ṣṭa) видимый, воспринимаемый, известный.  
*dīrgha* – длительное, продолжительное.  
*sūkṣmaḥ* – тонкий, неуловимый, невидимый, едва различимый, неосязаемый, непостижимый.

<sup>33</sup> Вариант перевода: Вследствие этого (практики асаны) – отсутствие негативного влияния (вторжения), связанного с двойственностью.

<sup>34</sup> Вариант перевода: При нахождении в ней [практикуется] пранаяма, то есть прекращение движения вдыхаемого и выдыхаемого [воздуха].

## बाह्याभ्यन्तरविषयाक्षेपी चतुर्थः ॥ २.५१ ॥

bāhyābhyantaraviṣayākṣepī caturthaḥ || 2.51||

Четвертый [вид пранаямы]<sup>35</sup> касается внутренней и внешней сферы. (2.51)

*bāhya* – внешний.

*abhyantara* – внутренний.

*viṣaya* – область, сфера, объект, любой объект восприятия.

*ākṣepī* – (1 падеж от *ākṣepin*) относительно, касательно чего-либо, указывающий.

*caturthaḥ* – четвертый.

## ततः क्षीयते प्रकाशावरणम् ॥ २.५२ ॥

tataḥ kṣīyate prakāśāvaraṇam || 2.52||

Благодаря этому разрушается препятствие для света. (2.52)

*tataḥ* – поэтому, следовательно, вследствие, от этого.

*kṣīyate* – разрушается, устраняется, исчезает.

*prakāśa* – свет.

*āvaraṇam* – покрытие, препятствие, завеса.

## धारणासु च योग्यता मनसः ॥ २.५३ ॥

dhāraṇāsu ca योग्यता मनसः || 2.53||

И [развиваются] способности ума к концентрации (дхарана). (2.53)

*dhāraṇāsu* – (7 падеж мн.ч. от *dhāraṇa*) концентрация, удержание.

*ca* – и.

*योग्यता* – (мн.ч. от *योग्य*) способность, способность, умение.

*मनसः* – (6 падеж от *manas*) ум, рассудок.

## स्वविषयासंप्रयोगे चित्तस्वरूपानुकार इवेन्द्रियाणां प्रत्याहारः ॥ २.५४ ॥

svaviṣayāsaṃprayoge cittasvarūpānukāra ivendriyāṇāṃ pratyāhārah || 2.54||

Когда нет соединения [огранов чувств] со своими объектами, чितта (сознание) становится подобна собственной (истинной) форме. Поистине, [это есть] отвлечение чувств внутрь (пратьяхара). (2.54)

*sva* – свой; собственность, владение.

*viṣaya* – область, поле, сфера; объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.

*a* – не, отрицание.

*saṃprayoge* – (7 падеж от *saṃprayoga*) пребывание в единстве, в контакте, в соединении.

*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сознание.

*svarūpa* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность.

*anukārah* – имитация, похожесть, сходство.

*iva* – действительно, поистине, так, подобно тому как.

<sup>35</sup> Связан одновременно с внутренней и внешней сферой, и следовательно за пределами им (или объединяет внутреннее и внешнее).

*indriyāṇām* – (6 падеж мн.ч. от *indriya*) орган чувства, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.  
*pratyāhāraḥ* – забирание внутрь или назад, отвлечение, сворачивание, поглощение.

**ततः परमा वश्यतेन्द्रियाणाम् ॥ २.५५॥**

tataḥ paramā vaśyatendriyāṇām || 2.55||

Благодаря этому [достигается] полный контроль органов чувств. (2.55)

*tataḥ* – (от *tatas*) поэтому, через это.

*paramā* – высший, непревзойденный.

*vaśyata* – контроль, власть, подчинение, смирение

*indriyāṇām* – (6 падеж мн.ч. от *indriya*) сила, орган чувства, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.

**॥ इति पतञ्जलि-विरचिते योग-सूत्रे द्वितीयः साधन-पादः ॥**

|| iti patañjali-viracite yoga-sūtre dvitīyaḥ sādhanā-pādaḥ ||

Такова вторая глава «О садхане» в Йога-сутрах, составленных Патанджали.

॥ तृतीयोऽध्यायः ॥  
॥ विभूति-पादः ॥

॥ tr̥tīyo'dhyāyaḥ ॥  
॥ vibhūti-pādaḥ ॥

Глава третья. О совершенных способностях

देशबन्धश्चित्तस्य धारणा ॥ ३.१ ॥

deśabandhaścittasya dhāraṇā || 3.1||

Дхарана – это фиксация сознания (читта) на [определенном] месте<sup>36</sup>. (3.1)

*deśa* – место, область, положение, страна, объект; точка.  
*bandha* – связь с чем-то, присоединение; фиксация, крепление, соединение.  
*cittasya* – (6 падеж от *citta*) ум, разум, мышление, внимание, сознание.  
*dhāraṇā* – концентрация, удержание.

तत्र प्रत्ययेकतानता ध्यानम् ॥ ३.२ ॥

tatra pratyayaikatānatā dhyānam || 3.2||

Дхьяна – это однонаправленный поток восприятия там<sup>37</sup>. (3.2)

*tatra* – там; в этом месте.  
*pratyaya* – представление, идея, концепция, мысль, восприятие, познание, содержание ума.  
*ekatānata* – однонаправленность, постоянный однонаправленный поток; непрерывность, непрерывное внимание, утвержденное только на одном объекте. *dhyānam* – дхьяна, медитация, созерцание, длительное удержание внимания, сосредоточенное размышление, поток познания, осознания.

तदेवार्थमात्रनिर्भासं स्वरूपशून्यमिव समाधिः ॥ ३.३ ॥

tadevārthamātranirbhāsaṃ svarūpaśūnyamiva samādhiḥ || 3.3||

Когда тот самый<sup>38</sup> [объект созерцания воспринимается] как бы пустотным по своей форме<sup>39</sup> и лишь сияет своей сутью (значением) – это самадхи. (3.3)

*tad* – это, тот, то.  
*eva* – таким же образом, также; точно, просто, действительно, именно, только.  
*artha* – значение, смысл; цель, намерение, мотив, успех, благо, выгода, полезность, ценность; объект (в том числе объект чувств).  
*mātra* – только; мера, измерение  
*nirbhāsa* – видимость, появление, сияющий, видимый, освещенный.

<sup>36</sup> Deśa также можно перевести как объект или пространство.

<sup>37</sup> Слово *tatra* («там») связано с предыдущей шлокой. *Ekatānata* означает, что все восприятие занято только одним объектом медитации, это – непрерывная сфокусированность сознания.

<sup>38</sup> Слова «тот самый» (*tadeva*) связаны с предыдущей шлокой, то есть речь идет про объект дхьяны.

<sup>39</sup> *Svarūpaśūnyam* можно перевести и как «лишенный собственной формы»; суть в том, что в самадхи форма перестает иметь значение, высвечивается лишь сама суть.

*svarūpa* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность.

*śūnyat* – пустой, лишенный, свободный от; пустота, вакуум.

*iva* – как будто, подобно.

*saṁādhiḥ* – самадхи, поглощение, глубокая медитация, созерцание; союз, соединение, единение, интеграция; созерцательное погружение, целостность; единство с объектом созерцания.

### त्रयमेकत्र संयमः ॥ ३.४ ॥

trayamekatra saṁyamaḥ || 3.4||

Все три (дхарана, дхьяна и самадхи) вместе – это самамяма. (3.4)

*trayam* – три.

*ekatra* – все вместе, как одно.

*saṁyamaḥ* – контроль, самоконтроль, удержание вместе, сосредоточенное созерцание, концентрация.

### तज्जयात्प्रज्ञालोकः ॥ ३.५ ॥

tajjayātprajñālokaḥ || 3.5||

Благодаря успеху в этом (в самамяме) обретается свет мудрости. (3.5)

*tat* – это, то.

*jayāt* – (5 падеж от *jaуа*) мастерство, власть, победа, завоевание. искусność, превосходство, успех.

*prajñā* – мудрость, пронциательность, познание, осознание.

*ālokaḥ* – свет, яркость, яркость, сияние, все, что может быть воспринято, видимо.

### तस्य भूमिषु विनियोगः ॥ ३.६ ॥

tasya bhūmiṣu viniyogaḥ || 3.6||

Ее применение – в различных областях (стадиях) [практики]<sup>40</sup>. (3.6)

*tasya* – (6 падеж от *tad*) этого.

*bhūmiṣu* – (7 падеж мн.ч. от *bhūti*) этап, уровень, стадия; ситуация, место, земельный участок; укорененность; основание.

*viniyogaḥ* – практика, применение, использование.

### त्रयमन्तरङ्गं पूर्वैभ्यः ॥ ३.७ ॥

trayamantaraṅgaṁ pūrvebhyaḥ || 3.7||

Эти три (дхарана, дхьяна, самадхи) – внутренние анги [йоги], по сравнению с предыдущими. (3.7)

*trayam* – три, тройной.

*antar* – внутренний.

*aṅga* – член, часть, компонент.

*pūrvebhyaḥ* – в отношении предыдущих (яма, нияма, асана, пранаяма, пратьяхара).

<sup>40</sup> Вариант перевода: Ее применение – поэтапно.

## तदपि बहिरङ्गं निर्बीजस्य ॥ ३.८ ॥

tadapi bahiraṅgaṃ nirbījasya ॥ 3.8॥

Но даже они – внешнии анги [по сравнению с] нирбиджа [самадхи]. (3.8)

*tat* – тот, этот.

*api* – также, даже.

*bahir* – внешний.

*aṅga* – часть, член, компонент.

*nirbījasya* – (6 падеж от *nirbīja*) лишенный семени, к самадхи без семени.

## व्युत्थाननिरोधसंस्कारयोरभिभवप्रादुर्भावौ निरोधक्षणचित्तान्वयो निरोधपरिणामः ॥ ३.९ ॥

vyutthānanirodhasaṃskārayorabhibhavaprādurbhāvau  
nirodhakṣaṇacittānvayo nirodhapaṇiṇāmaḥ ॥ 3.9॥

Когда самсары активности (отвлечения вовне) подавляются, и проявляются самсары остановки (сдерживания), происходит соединение сознания (читты) с моментом остановки, [что называется] ниродха-паринама<sup>41</sup>. (3.9)

*vyutthāna* – подъем, пробуждение; уход, отклонение, оппозиция, независимое действие.

*nirodha* – контроль, управление; регулирование, устранение, сдерживание, подавление, разрушение; ограничение, обуздание, удержание.

*saṃskārayoḥ* – (6 или 7 падеж дв.ч. от *saṃskāra*) впечатления, воспоминания, отпечатки в уме, то что формирует деятельность ума.

*abhibhava* – подчинение, подавление, подавляющий, преобладающий, господство.

*prāduḥ* – видимый, явный, очевидный.

*bhāvau* – (1 или 2 падеж дв.ч. от *bhāva*) сущность, состояние, появление.

*kṣaṇa* – момент, миг, минимальная единица времени.

*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление.

*anvayaḥ* – связанный с, отношение к чему-либо, связь или ассоциация; следующий.

*paṇiṇāmaḥ* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.

## तस्य प्रशान्तवाहिता संस्कारात् ॥ ३.१० ॥

tasya praśāntavāhitā saṃskārāt ॥ 3.10॥

Его (сознания) спокойное течение [продолжается] благодаря санскаре<sup>42</sup>. (3.10)

*tasya* – ее, его, этого.

*praśānta* – спокойный, тихий.

*vāhitā* – поток.

*saṃskārāt* – (5 падеж от *saṃskāra*) впечатления, воспоминания, отпечатки в уме.

## सर्वार्थतैकाग्रतयोः क्षयोदयौ चित्तस्य समाधिपरिणामः ॥ ३.११ ॥

sarvārthataikāgratayoḥ kṣayodayau cittasya samādhipaṇiṇāmaḥ ॥ 3.11॥

<sup>41</sup> Ниродха-паринама – это эволюция (изменение) сознания, когда оно переходит в состояние покоя, остановки, сдерживания (разнообразной активности ума и тд).

<sup>42</sup> Под санскаррой имеется в виду отпечатки, возникающие от переживания остановки. Они помогают продолжать это состояние, которое переходит в ровный спокойный поток.

Самадхи-паринама<sup>43</sup> есть прекращение многонаправленности сознания и возникновение его однонаправленности. (3.11)

*sarva* – все, каждый.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, воля, замысел, успех, назначение, благо, выгода; объект.

*sarvārthata* – многонаправленность, все стремления, все объекты, направленность внимания на все объекты.

*ekāgratā* – концентрация на одном, однонаправленное внимание.

*kṣaya* – устранение, уничтожение, исчезновение, потеря, завершение; снижение.

*udaya* – возникновение, появление.

*cittasya* – (6 падеж от *citta*) ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

*samādhi* – самадхи, созерцание, сосредоточение; осознание, погруженность; единение, интеграция; поглощение, созерцательное погружение, целостность; единство с объектом созерцания.

*pariṇāmaḥ* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.

**ततः पुनः शान्तोदितौ तुल्यप्रत्ययौ चित्तस्यैकाग्रतापरिणामः ॥ ३.१२ ॥**

tataḥ punaḥ śāntoditau tulyapratyayau cittasyaikāgratāpariṇāmaḥ || 3.12||

Затем, наконец, возникает экаграта-паринама<sup>44</sup>, характеризующая тождественностью угасающих и возникающих представлений в сознании. (3.12)

*tataḥ* – затем.

*punaḥ* – снова.

*śānta* – мирный, безмятежный, неподвижный; свободный от страстей, ослабленный, остановленный, ушедший, мертвый, объект в прошлом.

*uditau* – (1 или 2 падеж дв.ч. от *udīta*) возникновение; возникающий, появляющийся, рожденный.

*tulya* – идентичное, похожее, аналогичное.

*pratyayau* – (1 или 2 падеж дв.ч. от *pratyaya*) представление, идея, понятие, концепция, предположение, мысль, мысленный образ; знание, познание; убеждение, верование; содержание ума; образ (отражение) объекта в уме; ментальная репрезентация, когниция.

*cittasya* – (6 падеж от *citta*) ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

*ekāgratā* – однонаправленность, концентрация на одном.

*pariṇāmaḥ* – модификация, трансформация, изменение.

**एतेन भूतेन्द्रियेषु धर्मलक्षणवस्थापरिणामा व्याख्याताः ॥ ३.१३ ॥**

etena bhūtendriyeṣu dharmalakṣaṇāvasthāpariṇāmā vyākhyātāḥ || 3.13||

Этим же объясняются изменения свойств (дхарма), отличительных признаков (лакшана) и состояний (авастха) в элементах и органах чувств<sup>45</sup>. (3.13)

*etena* – (3 падеж от *eta*) этим.

*bhūta* – элемент, сущность.

*indriyeṣu* – (7 падеж мн.ч. от *indriya*) сила, инструмент, органы чувств, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.

<sup>43</sup> Самадхи-паринама – это эволюция, изменение сознания в состояние самадхи.

<sup>44</sup> Экаграта-паринама – это трансформация сознания в сторону спокойной однонаправленности.

<sup>45</sup> Подобно тому, как изменяется сознание (описано выше), так же изменения происходят в тонкой и грубой сферах (чувства и элементы тела). Согласно Вьясе эти изменения есть:

*dharmapariṇāma* – изменение формы;

*lakṣaṇapariṇāma* – изменение во времени;

*avasthāpariṇāma* – изменение состояния.



*dharmā* – природа, качество, свойство, функция, закон существа вещи; долг, праведность, религия, установленный порядок.  
*lakṣaṇa* – характеристика, знак, признак, символ; форма, внешний вид, очертание.  
*avasthāḥ* – (мн.ч. от *avastha*) состояние.  
*pariṇāma* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.  
*vyākhyātāḥ* – (мн.ч. от *vyākhyāta*) объяснены, описаны.

## शान्तोदिताव्यपदेश्यधर्मानुपाती धर्मि ॥ ३.१४ ॥

śāntoditāvyaṇpadeśyadharmānupātī dharmī || 3.14||

[Каждый] объект (дхарми<sup>46</sup>) наделен свойствами (дхарма) угасания, появления и неопределенности. (3.14)

*śānta* – спокойный, мирный, безмятежный; объект в прошедшем времени, угасший, ушедший, умерший.  
*udīta* – проявленный, возникающий, появляющийся.  
*avyapadeśya* – еще непроявленный, неопределимый.  
*dharmā* – характеристика, присущая функция.  
*anupātī* – (1 падеж от *anupātin*) основанные на; протекающие из, следующий как следствие или результат.  
*dharmī* – (1 падеж от *dharmīn*) объект или личность, несущий атрибуты; обладающий характеристикой, дхармой.

## क्रमान्यत्वं परिणामान्यत्वे हेतुः ॥ ३.१५ ॥

kramānyatvaṃ pariṇāmānyatve hetuḥ || 3.15||

Различие в последовательности [имеет] свою причину в различии изменений<sup>47</sup>. (3.15)<sup>48</sup>

*krama* – последовательность, процесс, серия.  
*anyatvaṃ* – «инаковость», различие, разнообразие.  
*pariṇāma* – трансформация, изменение, эволюция, модификация.  
*anyatve* – (7 падеж от *anyatva*) в различии, в разнице.  
*hetu* – причина, происхождение, повод.

## परिणामत्रयसंयमाद् अतीतानागतज्ञानम् ॥ ३.१६ ॥

pariṇāmatrayasaṃyamād atītānāgatajñānam || 3.16||

Благодаря самьяме на трехчастной трансформации (дхарма, лакшана, авастха) [обретается] знание прошлого и будущего. (3.16)

*pariṇāma* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.  
*traya* – тройной, трехступенчатый, триада.  
*saṃyamāt* – (5 падеж от *saṃyama*) контроль, удержание вместе, контроль, самоконтроль; сосредоточенное созерцание.

<sup>46</sup> Дхарми – это объект или личность, который является носителем характеристик, свойств (дхарм). Перечисленные свойства связаны с реальностью существования объекта в прошлом, настоящем и будущем.

<sup>47</sup> Изменения (паринама) характеристик (дхарма, лакшана, авастха) объекта являются основой для последовательности [состояний объекта].

<sup>48</sup> Вариант перевода: Различные последовательности вызывают различные изменения/преобразования.

*añta – прошлое, ушедшее.  
anāgata – неизвестное, еще не пришедшее, будущее.  
jñānam – (1 или 2 падеж от jñāna) знание, познание, понимание.*

## शब्दार्थप्रत्ययानामितरेतराध्यासात् सङ्करस्तत्प्रविभागसंयमात्सर्वभूतरुतज्ञानम् ॥ ३.१७ ॥

śabdārthapratyayānāmitaretarādhyāsāt  
sañkarastatpravibhāgasamyamātsarvabhūtarutajñānam || 3.17||

Слово (название объекта), сам объект и представление [о нем] смешиваются (предстают едиными) вследствие ошибочного отождествления. Самьяма на их различие [дарует] знание звуков издаваемых всеми живыми существами. (3.17)

*śabda – язык, речь, слово, голос, звук, название объекта.  
artha – значение, смысл; цель, намерение, результат, успех; объект.  
pratyayānam – (6 падеж мн.ч. от pratyaya) представление, идея, понимание, понятие, концепция, замысел, предположение, мнение, мысль, мыслеобраз, убеждение, верование; содержание ума; образ (отражение) объекта в уме.  
itaretara – друг с другом, один с другим, взаимный, соответствующий, несколько.  
adhyāsāt – (5 падеж от adhyāsa) совмещение; ложная атрибуция или ошибочное предположение, смешение.  
sañkara – смешивание, перемешивание.  
tat – эти.  
pravibhāga – разделение, различение, классификация.  
samyamāt – (5 падеж от samyama) контроль, удержание вместе, контроль; сосредоточенное созерцание.  
sarva – все.  
bhūta – существа, сущности, элементы.  
ruta – язык, звук, шум, форма выражения.  
jñāna – знание, познание, понимание.*

## संस्कारसाक्षात्करणात्पूर्वजातिज्ञानम् ॥ ३.१८ ॥

sañskārasākṣātkaraṇātpūrvajātijñānam || 3.18||

Благодаря непосредственному постижению санскар [возникает] знание прошлых рождений. (3.18)

*sañskāra – впечатление, отпечаток; впечатление в уме от действий, сделанных в прежнем состоянии существования и формирующие тенденции к их повторению.  
sākṣātkaraṇāt – (5 падеж от sākṣātkaraṇa) прямое, непосредственное восприятие; восприятие реальности не через посредство чувств и умозаключений. Интуитивное восприятие, действительное чувствование.  
pūrvā – предыдущий, предшествующий, первый, первый из последовательности.  
jāti – рождение, происхождение; социальная среда, социальный класс; виды, класс, категория существования, жизни; обусловленные кармой условия, которое связывает человека с определенной средой.  
jñānam – знание, познание, понимание.*

## प्रत्ययस्य परचित्तज्ञानम् ॥ ३.१९ ॥

pratyayasya paracittajñānam || 3.19||

Посредством самьямы на ментальных представлениях<sup>49</sup> [обретается] знание мышления других [людей]. (3.19)

*pratyaya* – (6 падеж от *pratyaya*) представление, идея, понятие, концепция, предположение, мысль, мысленный образ; знание, познание; убеждение, верование; содержание ума.  
*para* – другой, отличный от себя.  
*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление, понимание.  
*jñānam* – знание, познание, понимание.

**न च तत्सालम्बनं तस्याविषयीभूतत्वात् ॥ ३.२० ॥**

na ca tatsālambanam tasyāviṣayībhūtatvāt || 3.20||

Но источник (основание) этого [мышления остается непознанным], поскольку состояние существования не может быть объектом его [созерцания, самьямы]<sup>50</sup>. (3.20)

*na* – нет.  
*ca* – и, но.  
*tat* – тот, то.  
*sa* – вместе с.  
*ālambanam* – поддержка, основа; причина, источник.  
*tasyaḥ* – его.  
*aviṣayī* – не объект, необъектность, беспредметность.  
*bhūtatvāt* – (5 падеж от *bhūtatva*) состояние существования, состояние бытия живым существом или элементом.

**कायरूपसंयमात्तद्वाह्यशक्तिस्तम्भे चक्षुःप्रकाशासंप्रयोगेऽन्तर्धानम् ॥ ३.२१ ॥**

kāyarūpasamyamāttadgrāhyaśaktistambhe  
cakṣuḥprakāśāsamprayoge'ntardhānam || 3.21||

Невидимость состоит в прекращении возможности быть воспринятым, благодаря самьяме на форму тела, в результате отсутствия контакта глаза и света<sup>51</sup>. (3.21)

*kāya* – тело.  
*rūpa* – форма.  
*saṁyamāt* – (5 падеж от *saṁyama*) контроль, удержание вместе, сосредоточенное созерцание.  
*tat* – то, тот.  
*grāhya* – быть захваченным, взятым, быть воспринятым, понятым, распознанным.  
*śakti* – способность, сила, могущество, усилие, энергия, возможность.  
*stambhe* – (7 падеж) в отсутствии движения; о подавлении, остановке.  
*cakṣuḥ* – глаз, видение, зрение, взгляд.  
*prakāśa* – свет.  
*asamprayoge* – (7 падеж от *asamprayoga*) несвязанность, разделенность, отсутствие связи, контакта, соединения.

<sup>49</sup> Пратья имеет более широкое значение, чем «умственное представления» – это в целом содержание ума, включая мысли, идея, убеждения и познавательные процессы.

<sup>50</sup> Вариант перевода: Но не вместе с его опорой, поскольку [внешняя опора] не может выступать объектом его [познания].

В этом варианте перевода под опорой понимается не источник мышления (как ядро человека), а некий внешний объект, который вызывает процесс мышления. Этот объект не может быть познан через такую самьяму, ибо он в действительности не находится в сознании другого человека (а только лишь представление о нем).

<sup>51</sup> *etena shabdadi antardhanam uktam*

Исчезновение звука и прочего [происходит аналогично] тому, что было сказано [о невидимости].

*antardhānam* – (1 или 2 падеж ср.р. от *antardhāna*) невидимость, исчезновение, неразличимость.

## सोपक्रमं निरुपक्रमं च कर्म तत्संयमादपरान्तज्ञानमरिष्टेभ्यो वा ॥ ३.२२ ॥

sopakramaṃ nirupakramaṃ ca karma tatsaṃyamādaparāntajñānamariṣṭebhyo  
vā ||3.22||

Благодаря самьяме на карме, приносящей [быстрые] плоды и отложенной во времени, а также на основании предзнаменований, приходит знание о смерти. (3.22)

*sopakramaṃ* – (*sa+upakrama*) ведущая к быстрому результату, проявлению.

*nirupakramaṃ* – (*nir+upakrama*) не ведущая к быстрому результату, проявлению; отсроченная, скрытая.

*ca* – и.

*karma* – карма, последствие действий.

*tat* – то.

*saṃyamāt* – (5 падеж от *saṃyama*) контроль, удержание вместе; сосредоточенное созерцание.

*aparānta* – смерть, будущая или грядущая кончина.

*jñānam* – знание, познание, понимание.

*ariṣṭebhyaḥ* — (5 падеж от *ariṣṭa*) предчувствия, предзнаменования или приметы.

*vā* – или.

## मैत्र्यादिषु बलानि ॥ ३.२३ ॥

maitryādiṣu balāni || 3.23||

[Самьяма] на дружелюбии и других подобных чувствах [увеличивает их] силу<sup>52</sup>. (3.23)

*maitrī* – дружба, дружелюбие, доброжелательность, любовь.

*ādiṣu* – (7 падеж от *ādi*) начиная с, на этих и подобных.

*balāni* – (1 или 2 падеж мн.ч. ср.р. от *bala*) сила.

## बलेषु हस्तिबलादीनि ॥ ३.२४ ॥

baleṣu hastibalādīni || 3.24||

[Благодаря самьяме] на силах [возникает] сила слона и прочие [силы]<sup>53</sup>. (3.24)

*baleṣu* – (7 падеж мн.ч. от *bala*) на силе.

*hastī* – слон.

*bala* – сила.

*ādīni* – (1 или 2 падеж от *ādi*) начиная с этой; эти и подобные.

<sup>52</sup> Речь идет о качествах, упомянутых в шлоке 1.33 – дружелюбие, сострадание и радость.

Самьяма на дружелюбии (по отношению к счастливым живым существам) дает силу дружелюбия, самьяма на сострадании (по отношению к страдающим существам) – силу сострадания и т.д.

В шлоке 1.33 говорится также о беспристрастности к пороку, но Вьяса поясняет, что самьяма на беспристрастном отношении к пороку не выполняется, так как это не то качество, которое следует возвращать.

<sup>53</sup> Самьяма на силе слона дает йогину мощь слона, самьяма на силе ветра – силу ветра и так далее в отношении любых других сил.

## प्रवृत्त्यालोकन्यासात्सूक्ष्मव्यवहितविप्रकृष्टज्ञानम् ॥ ३.२५ ॥

pravṛṭṭyālokanyāsātsūkṣmavyavahitaviprakṛṣṭajñānam || 3.25||

Благодаря применению созерцания к активной деятельности [возникает] знание тонкого, скрытого и отдаленного<sup>54</sup>. (3.25)

*pravṛṭṭi* – явление, проявление, манифестация; активность, деятельность; активная социальная жизнь, связанная с деятельностью и достижением желаемого.

*āloka* – свет, яркость, яркость, сияние; видение, способность или возможность видеть, наблюдение, созерцание.

*nyāsāt* – (5 падеж от *nyāsa*) применение, приложение, помещение.

*sūkṣma* – тонкий, неуловимый, невидимый, мельчайший, едва различимый, неосязаемый, непостижимый.

*vyavahita* – скрытый, покрытый, отдаленный.

*viprakṛṣṭa* – отдаленный, удаленный.

*jñānam* – знание, познание, понимание.

## भुवनज्ञानं सूर्ये संयमात् ॥ ३.२६ ॥

bhuvanajñānaṃ sūrye saṃyamāt || 3.26||

Благодаря самьяме на Солнце [обретается] знание миров. (3.26)

*bhuvana* – мир, реальность, место существования.

*jñāna* – знание, познание, понимание.

*sūrye* – (7 падеж от *sūrya*) на солнце.

*saṃyamāt* – (5 падеж от *saṃyamā*) контроль, удержание вместе, полный контроль; сосредоточенное созерцание.

## चन्द्रे ताराव्यूहज्ञानम् ॥ ३.२७ ॥

candre tāravūhajñānam || 3.27||

[Благодаря самьяме] на Луне [обретается] знание расположения звезд. (3.27)

*candre* – (7 падеж от *candra*) луна.

*tārā* – звезда, созвездие.

*vyūha* – организация, порядок, расположение, система; множество.

*jñānam* – (2 падеж от *jñāna*) знание, познание, понимание.

## ध्रुवे तद्गतिज्ञानम् ॥ ३.२८ ॥

dhruve tadgatijñānam || 3.28||

[Благодаря самьяме] на Полярной звезде [обретается] знание их движения. (3.28)

*dhruve* – (7 падеж от *dhruva*) полярная звезда.

*tat* – то, оно.

<sup>54</sup> Вариант перевода:

Благодаря помещению света [сознания] в процесс деятельности (или проявления вовне) [возникает] знание тонкого, скрытого и отдаленного.

Или:

Благодаря направленности света деятельности [читты возникает] знание тонких, скрытых и отдаленных [объектов].

*gati* – движение.

*jñānam* – (2 падеж от *jñāna*) знание, познание, понимание.

### नाभिचक्रे कायव्यूहज्ञानम् ॥ ३.२९ ॥

nābhicakre kāyavyūhajñānam || 3.29||

[Благодаря самьяме] на пупочной чакре [обретается] знание строения тела. (3.29)

*nābhi* – пупок.

*sakre* – (7 падеж от *sakra*) чакра, энергетический центр; колесо.

*kāya* – тело.

*vyūha* – устройство, система, строение, порядок, расположение.

*jñānam* – (2 падеж от *jñāna*) знание, познание, понимание.

### कण्ठकूपे क्षुत्पिपासानिवृत्तिः ॥ ३.३० ॥

kaṇṭhakūpe kṣutpipāsānivṛttiḥ || 3.30||

[Благодаря самьяме] в основании горла (в области яремной ямки) устраняются голод и жажда. (3.30)

*kaṇṭha* – горло.

*kūpe* – (7 падеж от *kūra*) полость, яма, дыра.

*kṣudh* – голод.

*pipāsā* – жажда.

*nivṛttiḥ* – прекращение, остановка, устранение.

### कूर्मनाड्यां स्थैर्यम् ॥ ३.३१ ॥

kūrmanāḍyāṃ sthairyam || 3.31||

[Благодаря самьяме] на курма-нади<sup>55</sup> [достигается] неподвижность (устойчивость). (3.31)

*kūrma* – черепаха.

*nāḍyām* – (7 падеж от *nāḍī*) канал, канал тонкой энергии.

*sthairyam* – твердость, устойчивость, стабильность, фиксированность или постоянство.

### मूर्धज्योतिषि सिद्धदर्शनम् ॥ ३.३२ ॥

mūrdhajyotiṣi siddhadarśanam || 3.32||

Благодаря самьяме] на свете в голове [обретается] видение совершенного<sup>56</sup>. (3.32)

*mūrdha* – (от *mūrdhan*) голова, макушка головы (брахмарандхра).

*jyotiṣi* – (7 падеж от *jyotis*) свет.

<sup>55</sup> В Шива-самхите (5.44) сказано:

«Ниже полости горла расположена прекрасная курма-нади. Когда йогин фиксирует внимание на ней, он достигает великой концентрации на читте (природе своего сознания)».

Если говорить более точно, то курма-нади находится чуть ниже горловой ямки. Она имеет форму, которая похожа на черепаху, поэтому она и называется курма-нади.

<sup>56</sup> Видение совершенного, священного, либо совершенных существ (сиддхов).

*siddha* – совершенное существо; существо, обладающее сверхъестественными способностями, святой; совершенный, священный, завершённый.  
*darśanam* – (2 падеж от *darśana*) видение, наблюдение.

### प्रातिभद्वा सर्वम् ॥ ३.३३ ॥

prātibhādvā sarvam || 3.33||

Либо все [знание обретается] благодаря интуиции. (3.33)

*prātibhād* – (5 падеж от *prātibha*) интуитивное знание, знание, появляющееся внезапно, озарение; вспышка озарения.  
*vā* – или.  
*sarvam* – все

### हृदये चित्तसंवित् ॥ ३.३४ ॥

hṛdaye cittasaṁvit || 3.34||

[Благодаря самьяме] на сердце [возникает] постижение природы читты. (3.34)

*hṛdaye* – (7 падеж от *hṛdaya*) сердце, пространство сердца.  
*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, намерение.  
*saṁvit* – восприятие, знание, понимание, сознание.

### सत्त्वपुरुषयोरत्यन्तासंकीर्णयोः प्रत्ययाविशेषो भोगः परार्थत्वात्त्वार्थसंयमात्पुरुषज्ञानम् ॥ ३.३५ ॥

sattvapuruṣayoratyantāsaṁkīrṇayoḥ pratyayāviśeṣo bhogaḥ  
parārthatvātsvārthasaṁyamātpuruṣajñānam || 3.35||

Переживание удовольствия и страдания [возникает из-за] убежденности в неразличности Пуруши и саттвы, которые [на самом деле] абсолютно не смешаны [друг с другом], поскольку [саттва] является объектом (целью) для другого. Благодаря самьяме на то, что является объектом для самого себя (существует для собственной цели), обретается знание Пуруши. (3.35)

*sattva* – существование, сущность, совершенство, свет, ясность, чистота, добродетель, истина; разум.  
*puruṣa* – существо, личность, субъект; истинная сущность, я.  
*atyantā* – абсолютный, совершенный, полный.  
*asaṁkīrṇayoḥ* – (6 или 7 падеж дв.ч. от *asaṁkīrṇa*) чистый, несмешанный.  
*pratyaya* – представление, идея, понятие, концепция, предположение, мысль, мысленный образ; знание, познание; убеждение, верование; содержание ума.  
*aviśeṣaḥ* – не-различие, не-распознавание, не-разграничение, без различий, единообразие.  
*bhoga* – наслаждение, переживание, опыт, восприятие (боли или удовольствия).  
*parārthatva* – имеющий другую цель; предназначенный для другого; зависящий от чего-либо еще; самая большая польза, существенная цель.  
*svārtha* – свое собственное намерение, цель или значение; имеющий свою цель или значение.  
*saṁyamāt* – (5 падеж от *saṁyama*) контроль, удержание вместе, сосредоточенное созерцание.  
*jñānam* – (2 падеж от *jñāna*) знание, познание, понимание.

### ततः प्रातिभश्रावणवेदनादर्शास्वादवार्ता जायन्ते ॥ ३.३६ ॥

tataḥ prātibhaśrāvaṇavedanādarśāsvādavārtā jāyante || 3.36||

Таким образом рождается интуитивное слуховое, тактильное, визуальное, вкусовое и обонятельное восприятие. (3.36)

*tataḥ* – таким образом.

*prātibha* – интуиция, озарение, просветление, мгновенное знание, провидение.

*śrāvaṇa* – слушание.

*vedana* – ощущение прикосновения.

*ādarśa* – видение, зрение.

*āsvāda* – ощущения вкуса.

*vārtā* – ощущение запаха.

*jāyante* – рождается, происходит, производится.

**ते समाधवुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धयः ॥ ३.३७ ॥**

te samādhāvupasargā vyutthāne siddhayaḥ || 3.37||

Они являются препятствиями для самадхи и совершенствами (сиддхами) в пробужденном состоянии сознания. (3.37)

*te* – те, эти.

*samādhau*– (7 падеж от *samādhi*) созерцание, сосредоточение; осознание, погруженность, внимательность, единение, интеграция; поглощение.

*upasargāḥ* – (1 падеж мн.ч. от *upasarga*) проблемы, препятствия, неудача.

*vyutthāne* – (7 падеж от *vyutthāna*) отклонение от правильного пути, пренебрежение обязанностями; пробуждение или пробужденное состояние сознания.

*siddhayaḥ* – (1 падеж мн.ч. от *siddhi*) реализации, достижения, совершенства; сверхобычные способности, силы.

**बन्धकारणशैथिल्यात्प्रचारसंवेदनाच्च चित्तस्य परशरीरावेशः ॥ ३.३८ ॥**

bandhakāraṇaśaithilyātpṛacārasaṃvedanācca cittasya paraśarīrāveśaḥ || 3.38||

Благодаря ослаблению причин привязанности [к телу] и обретению знания перемещения, сознание может проникать в другое тело. (3.38)

*bandha* – привязанность; связь, ограничение, завязывание, узы, оковы, цепь, путы. *kāraṇa* – причина, происхождение, мотив, повод.

*śaithilyāt* – (5 падеж от *śaithilya*) через ослабление, уменьшение.

*pṛacāra* – выход вне, перемещение, прохождение, странствие.

*saṃvedanāt* – (5 падеж от *saṃvedana*) появление знания, происхождение опыта, ощущение или понимание, акт восприятия.

*ca* – и.

*cittasya* – (6 падеж от *citta*) ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление, понимание.

*para* – другой.

*śarīra* – тело.

*āveśaḥ* – вход, проникновение, овладение.

**उदानजयाज्जलपङ्ककण्टकादिष्वसङ्ग उत्क्रान्तिश्च ॥ ३.३९ ॥**

udānajayājjalapaṅkakaṅṭakādiṣvasaṅga utkrāntiśca || 3.39||

Благодаря овладению уданой, [появляется возможность перемещаться] по воде, трясине, колючкам и так далее, не касаясь их, а также [способность] восхождения в момент смерти (выход души из тела). (3.39)



*udāna* – удана-вайю; вид жизненной энергии (праны), который находится в горле и поднимается вверх.

*jayāt* – (5 падеж от *jaуa*) овладение, победа, завоевание.

*jala* – вода, жидкость.

*raṅkha* – грязь, болото; порок, грех.

*kaṅṭaka* – шип, колючка; острая боль, симптом болезни.

*ādīṣu* – (7 падеж мн.ч. от *ādi*) в этих и подобных.

*asaṅgaḥ* – без контакта; несвязанность, независимый или не затронутый чем-то.

*utkrāntiḥ* – выход вперед или вверх; уход, смерть; выход души из тела.

### समानजयाज्वलनम् ॥ ३.४० ॥

samānajayājvalanam || 3.40||

Благодаря овладению саманой обретается сияние. (3.40)

*samāna* – самана-вайю, проявление жизненной энергии (праны) в организме, которая движется в области пупка и связана с пищеварением и трансформацией энергии.

*jayāt* – (5 падеж от *jaуa*) овладение, подчинение.

*jvalanam* – (2 падеж от *jvalana*) сияние, сияющий, пламенеющий, пылающий.

### श्रोत्राकाशयोः सम्बन्धसंयमाद्दिव्यं श्रोत्रम् ॥ ३.४१ ॥

śrotrākāśayoḥ sambandhasaṃyamāddivyaṃ śrotram || 3.41||

Благодаря самьяме на связи между слухом и пространством [возникает] божественное слышание. (3.41)

*śrotra* – слушание, слух, акт слушания, способность слышать, орган слуха.

*ākāśayoḥ* – (7 падеж дв.ч. от *ākāśa*) пространство, эфир.

*sambandha* – отношения, связь.

*saṃyamāt* – (5 падеж от *saṃyama*) контроль, удержание вместе; сосредоточенное созерцание.

*divyaṃ* – (2 падеж от *divya*) божественный, небесный; исключительный, сверхобычный; чудесный, удивительный.

*śrotram* – (2 падеж от *śrotra*) слушание, слух, акт слушания, способность слышать, орган слуха.

### कायाकाशयोः सम्बन्धसंयमाल्लघुतूलसमापत्तेश्चाकाशगमनम् ॥ ३.४२ ॥

kāyākāśayoḥ sambandhasaṃyamāllaghutūlasamāpatteścākāśagamanam || 3.42||

Благодаря самьяме на связи между телом и акашей (пространством), а также вследствие погружения [сознания] в состояние легкости хлопка [обретается способность] перемещения в акаше. (3.42)

*kāya* – тело.

*ākāśayoḥ* – (6 падеж дв.ч. от *ākāśa*) пространство, эфир.

*sambandha* – связь, отношение.

*saṃyamāt* – (5 падеж от *saṃyama*) контроль, удержание вместе; сосредоточенное созерцание.

*laghu* – легкий.

*tūla* – хлопок.

*samāpatteḥ* – (5 падеж от *samāpatti*) единство, слияние, созерцательное слияние, соединение вместе, погружение в какое-либо состояние.

*sa* – и.

*gamanam* – (1 или 2 падеж от *gamana*) действие, передвижение.

## बहिरकल्पिता वृत्तिर्महाविदेहा ततः प्रकाशावरणक्षयः ॥ ३.४३ ॥

bahirakalpitaḥ vṛttirmahāvidehā tataḥ prakāśāvaraṇakṣayaḥ || 3.43||

Внешняя невоображаемая активность [сознания] – это махавидеха (великая бестелесность). Благодаря этому устраняется покров, [скрывающий] чистый свет сознания<sup>57</sup>. (3.43)

*bahir* – внешний, снаружи, за пределами, вне.

*akalpita* – неконцептуальная, невоображаемая; реальный, не искусственная, природная, неподдельная, естественная.

*vṛtti* – деятельность, активность, функция, процесс, функционирование; состояние, модификация; видоизменение; вращение, колебание, волнение, флуктуация.

*maha* – великая, большая.

*videhā* – бестелесность, неведущность; смерть, оставление тела.

*tataḥ* – тогда, от этого, благодаря этому.

*prakāśa* – свет, яркость, блеск; ясность, чистота.

*āvaraṇa* – препятствие, покрытие, завеса, покров, пелена.

*kṣayaḥ* – устранение, исчезновение.

## स्थूलस्वरूपसूक्ष्मान्वयार्थवत्त्वसंयमाद्भूतजयः ॥ ३.४४ ॥

sthūlasvarūpasūkṣmānvayārthavattvasaṃyamādbhūtajayaḥ || 3.44||

Благодаря самьяме на грубом и тонком состояниях первоэлементов, их истинной природе, связи и цели (значении) достигается господство над первоэлементами. (3.44)

*sthūla* – грубое проявление.

*svarūpa* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность.

*sūkṣma* – тонкий, неуловимый, невидимый, мельчайший, едва различимый, неосязаемый, непостижимый.

*anvaya* – связь, соединение.

*arthavattva* – цель, значение, важность, полезность.

*saṃyamā* – (5 падеж от *saṃyama*) контроль, самоконтроль, удержание вместе, концентрация ума.

*bhūta* – элемент (земля, вода, огонь, ветер и пространство), сущность, бытие, существо.

*ajāyaḥ* – завоевание, победа, господство, власть.

## ततोऽणिमादिप्रादुर्भावः कायसम्पत्तद्धर्मनिभिघातश्च ॥ ३.४५ ॥

tato'ṇimādiprādurbhāvaḥ kāyasampattaddharmānabhighātaśca || 3.45||

В результате этого появляется способность уменьшаться до самых малых размеров и прочие [сиддхи], а также совершенство тела и неподвластность его свойствам [элементов]<sup>58</sup>. (3.45)

*tataḥ* – вследствие этого, затем.

*aṇimā* (1 падеж ед. ч. от *aṇiman*) – малость, тонкость, миниатюризация; способность становиться крошечным, маленьким подобно атому (одна из сиддх).

*ādī* – начиная с, и тому подобное.

*prādurbhāvaḥ* – проявление, появление, манифестация.

<sup>57</sup> Имеется в виду внетелесная деятельность читты (не зависящая от тела) и не связанная с проекциями ума, воображением.

<sup>58</sup> Буквально: отсутствие помех со стороны свойств [элементов].

*kāya* – тело.

*sampad* – совершенство, завершенность, успех, достижение.

*tat* – оно, то.

*dharma* – качество, свойство, атрибут, характеристика объекта, характер, природа, специфическое состояние или существенное качество, особенность.

*anabhighāta* – нерушимость, неприкосновенность; неподвластность, беспрепятственность, отсутствие помех.

*sa* – и.

## रूपलावण्यबलवज्रसंहननत्वानि कायसम्पत् ॥ ३.४६ ॥

rūpalāvaṇyaabalavajrasaṁhananatvāni kāyasampat || 3.46||

Совершенство тела – это прочность как у алмаза, сила, изящество и красота. (3.46)

*rūpa* – тело.

*lāvaṇya* – красота, грациозность, изысканность.

*bala* – сила, энергия.

*vajra* – прочность; алмаз; молния.

*saṁhananatvāni* (1 или 2 падеж от *saṁhananatva*) – устойчивость, прочность, выносливость, стойкость, твердость.

*kāya* – тело.

*saṁpat* – совершенство, завершенность, успех.

## ग्रहणस्वरूपास्मितान्वयार्थवत्त्वसंयमादिन्द्रियजयः ॥ ३.४७ ॥

grahaṇasvarūpāsmitānvayārthavattvasaṁyamādīndriyajayaḥ || 3.47||

Благодаря самьяме на процесс восприятия, собственную форму, самость, связь и предназначение [йогин достигает] господства над чувствами (контроль чувств, индрия-джайя)<sup>59</sup>. (3.47)

*grahaṇa* – процесс восприятия.

*svarūpa* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность.

*asmitā* – чувство я, я-концепция, эгоизм, эго-сознание, самость.

*anvaya* – связь, ассоциация с чем-либо.

*arthavattva* – целенаправленность, важность, значимость, смысл, предназначение.

*saṁyama* – контроль, удержание вместе, полный контроль; сосредоточенное созерцание.

*īndriya* – сила, инструмент, органы чувств, восприятия; чувство; чувствительная способность, соответствующая органу чувств.

*ajāyaḥ* – господство, владычество, власть.

## ततो मनोजवित्त्वं विकरणभावः प्रधानजयश्च ॥ ३.४८ ॥

tato manojavitvaṁ vikaraṇabhāvaḥ pradhānajayaśca || 3.48||

Таким образом обретается быстрота ума, состояние [восприятия] вне органов чувств и господство над изначальной природой (Пракрити)<sup>60</sup>. (3.48)

<sup>59</sup> Вьяса объясняет четвертый аспект (связь, ассоциация с чем-либо), как связь с гунами, а также говорит, что эта самьяма выполняется на каждой из индрий по-отдельности.

<sup>60</sup> Pradhānajaya переводится как «господство над первопричиной, материальной природой», то есть человек обретает высшее состояние, в котором он может контролировать все изменения Пракрити. Но также возможен перевод «победа над разумом», что означает состояние вне ума.

*tataḥ* – затем, тогда.  
*manas* – ум, мышление.  
*javitvaṁ* – скорость, быстрота.  
*vikaraṇa* – депривация чувств, независимость от чувств.  
*bhāvaḥ* – сущность, состояние, природа, характеристика, манера действовать.  
*pradhāna* – материя, природа, первоматерия, первопричина; интеллект, разум.  
*jaya* – господство, владычество, власть.  
*ca* – и.

**सत्त्वपुरुषान्यताखातिमात्रस्य सर्वभावाधिष्ठातृत्वं सर्वज्ञातृत्वं च ॥ ३.४९ ॥**

sattvapuruṣānyatākhyātimātrasya sarvabhāvādhiṣṭhātṛtvam  
sarvajñātṛtvam ca || 3.49||

Только тот, кто осознает различие между чистым разумом (саттвой) и Пурушей, обретает всемогущество и всезнание. (3.49)

*sattva* – существование, сущность, совершенство, свет, ясность, чистота, добродетель, истина; сущность, самый чистый аспект ума.  
*puruṣa* – существо, личность, субъект; истинная сущность, я, Высший дух.  
*anyaṭa* – «инаковость», различие.  
*khyāti* – осознание, понимание, убежденность, мнение, представление, проницательность, восприятие, ощущение, признание, знание.  
*mātra* – только, всего лишь.  
*sarva* – все.  
*bhāva* – чувства, эмоции; сущность, состояние.  
*adhiṣṭhātṛtvam* – господство, абсолютный контроль, всемогущество.  
*sarva* – все.  
*jñātṛtvam* – способность понимать, знать; знание, ведение.  
*ca* – и.

**तद्वैराग्यादपि दोषबीजक्षये कैवल्यम् ॥ ३.५० ॥**

tadvairāgyādapi doṣabījakṣaye kaivalyam || 3.50||

Через отрешенность даже от этого (осознания различия между саттвой и Пурушей) разрушается семя несовершенства и обретается освобождение (кайвалья)<sup>61</sup>. (3.50)

*tad* – то, это.  
*vairāgyat* – (5 падеж от *vairāgya*) отрешенность, отстраненность.  
*api* – даже.  
*doṣa* – дефект, несовершенство, недостаток; дисбаланс.  
*bīja* – семя.  
*kṣaye* – (7 падеж от *kṣaya*) уничтожение, исчезновение, устранение.  
*kaivalyam* – полное освобождение, абсолютное единство, свобода, уединение, обособленность, абстракция, не связанность ни с чем, отстранение от всех других связей, исключительность.

**स्थान्युपनिमन्त्रणे सङ्गस्मयाकरणं पुनरनिष्टप्रसङ्गात् ॥ ३.५१ ॥**

sthānyupanimantraṇe saṅgasmayākaraṇam punaraniṣṭaprasaṅgāt || 3.51||

<sup>61</sup> В Санкхье кайвалья понимается как полное разъединение Пуруши и Пракрити; состояние Пуруши, который не затронут деятельностью Пракрити.

[Йогин] не должен гордиться и жаждать высших состояний, которые предлагаются ему, так как нежелательная привязанность [может появиться] вновь<sup>62</sup>. (3.51)

*sthāni* – занимающий (высокое) положение; небесные существа.  
*upanīmantraṇe* – (7 падеж от *upanīmantraṇa*) предложение, вызов, приглашение.  
*saṅga* – привязанность, страсть, вожделение, желание.  
*smāya* – высокомерие, надменность, тщеславие, чванство; гордость, спесь.  
*akaraṇam* – отсутствие действия.  
*runaḥ* – снова, опять же.  
*aniṣṭa* – нежелательное.  
*prasaṅgāt* – (5 падеж от *prasaṅga*) результат связи, склонность, связь, привязанность.

### क्षणतत्क्रमयोः संयमाद्विवेकजं ज्ञानम् ॥ ३.५२ ॥

*kṣaṇatatkramayoḥ saṁyamādvivekajaṁ jñānam* || 3.52||

Благодаря самьяме на мгновениях и их последовательности [обретается] знание, порожденное различием. (3.52)

*kṣaṇa* – момент, мгновение, минимальная единица времени.  
*tat* – его, того, тот.  
*kramayoḥ* – (6 или 7 падеж дв.ч. от *krama*) преемственность, последовательность, процесс, ступень.  
*saṁyamāt* – (5 падеж от *saṁyama*) контроль, удержание вместе, полный контроль; сосредоточенное созерцание.  
*viveka* – различие, пронизательность, способность различать.  
*jam* – (2 падеж от *ja*) рожденный от.  
*jñānam* – (2 падеж от *jñāna*) знание, познание, понимание.

### जातिलक्षणदेशैरन्यतानवच्छेदात् तुल्ययोस्ततः प्रतिपत्तिः ॥ ३.५३ ॥

*jātilakṣaṇadeśairanyatānavacchedāt tulyayostataḥ pratipattiḥ* || 3.53||

Благодаря этому [достигается истинное/различающее] знание двух подобных [объектов], когда нельзя установить их различие относительно формы существования, характеристик или положения в пространстве. (3.53)

*jāti* – рождение, происхождение; вид, класс, категория или форма существования, жизни.  
*lakṣaṇa* – характеристика, признак, символ; конкретный способ существования объекта, конкретная характеристика, подчиняющаяся течению времени.  
*deśa* – место в пространстве, положение, область, точка.  
*anyata* – различие, инаковость.  
*anavacchedāt* – (5 падеж от *anavaccheda*) неопределенный, неразличимый.  
*tulyayoḥ* (6 или 7 падеж дв.ч. от *tulya*) – сопоставимый, подобный, сравнимый.  
*tataḥ* – таким образом.  
*pratipattiḥ* – получение знания, восприятие, подтверждение.

### तारकं सर्वविषयं सर्वथाविषयम् अक्रमं चेति विवेकजं ज्ञानम् ॥ ३.५४ ॥

*tāraṁ sarvaviṣayaṁ sarvathāviṣayam akramam ceti vivekajaṁ jñānam* || 3.54||

<sup>62</sup> В сутре говорится, что йогин не должен привязываться или испытывать тщеславие в случае «приглашения тех, кто занимает высшие позиции». Под этим понимаются высшие приятные состояния различных лок божеств, которые могут обретаться йогиним в процессе практики.

Знание рожденное способностью различать – освобождающее, охватывающее все объекты целиком во все времена, мгновенное. (3.54)

*tāraṅgam* – позволяющий проходить, пересекать; спасающий, освобождающий, избавляющий.  
*sarva* – все.

*viśayam* – объект, опыт, что-либо воспринимаемое чувствами.

*sarvathā* – целиком, всеми средствами, всеми путями, во все времена.

*akramat* – не являющийся последовательным, мгновенный; одновременный.

*sa* – и.

*īti* – таким образом, следовательно.

*viveka* – различение, пронизательность, способность различать.

*jaṁ* – рожденный, порожденный.

*jñānam* – знание, познание, понимание.

**सत्त्वपुरुषयोः शुद्धिसाम्ये कैवल्यमिति ॥ ३.५५ ॥**

sattvapuruṣayoḥ śuddhisāmye kaivalyamiti || 3.55||

Освобождение (кайвалья) – это равенство чистоты между саттвой и Пурушей<sup>63</sup>. (3.55)

*sattva* – существование, сущность, совершенство, свет, ясность, чистота, добродетель, истина; самая чистая часть разума, буддхи.

*puruṣayoḥ* – (6 или 7 падеж дв.ч. от *puruṣa*) существо, личность, субъект; истинная сущность, я, Дух.

*śuddhi* – чистота, очищение, ясность.

*sāmye* – (7 падеж от *sāmya*) аналогично, подобно; равенство, идентичность.

*kaivalyam* – полное освобождение, обособленность, абсолютное единство, свобода, уединение, изоляция, не связанность ни с чем, отстранение от всех других связей, исключительность.

**॥ इति पतञ्जलि-विरचिते योग-सूत्रे तृतीयो विभूति-पादः ॥**

|| iti patañjali-viracite yoga-sūtre tṛtīyo vibhūti-pādaḥ ||

Такова третья глава «О совершенных способностях» в Йога-сутрах, составленных Патанджали.

---

<sup>63</sup> Под саттвой тут следует понимать самый чистый аспект проявленного сознания – буддхи (разум). Чистота в данном случае есть отсутствие чувственного опыта, санскар и т.д. Свет Пуруши отражается в чистой саттве без искажений (вызванными игрой гун и опытом), то есть саттва как бы уподобляется по чистоте Пуруше. Пуруша воспринимает самого себя и отсоединяется от Пракрити (возвращается к себе).

Вьяса комментирует, что в чистой саттве нечего больше воспринимать, гуны исчерпали свою функцию, поэтому Пуруша обособляется.

॥ चतुर्थोऽध्यायः ॥  
॥ कैवल्य-पादः ॥

॥ caturtho'dhyāyaḥ ॥  
॥ kaivalya-pādaḥ ॥

Глава четвертая. Об освобождении

जन्मौषधिमन्त्रतपःसमाधिजाः सिद्धयः ॥ ४.१ ॥

janmauṣadhimantratapaḥsamādhijāḥ siddhayaḥ || 4.1||

Сиддхи могут быть врожденными, либо обретаются благодаря растениям (лекарственным снадобьям), самадхи, тапасу или [практике] мантр. (4.1)

*janma* – рождение, происхождение.

*oṣadhi* – растения, травы, в том числе медицинские.

*mantra* – мантра, сакральная формула.

*tapaḥ* – тапас, аскетизм; подвижничество, воздержание, самообуздание; самодисциплина; теплота, жар.

*samādhi* – самадхи, созерцание, сосредоточение, глубокое осознание; глубокая медитация; объединение, соединение, единение, согласие, интеграция; поглощение, погружение.

*jāḥ* – (1 падеж мн.ч. от ja) возникновение из, рождение от.

*siddhayaḥ* – (1 падеж мн.ч. от siddhi) совершенство, достижение, сверхъестественная сила, экстраординарная способность.

जात्यन्तरपरिणामः प्रकृत्यापूरात् ॥ ४.२ ॥

jātyantarapariṇāmaḥ prakṛtyāpūrāt || 4.2||

Преобразование одной формы жизни в другую происходит благодаря избытию (поток) Пракрити. (4.2)

*jāti* – форма существования, состояние бытия, рождение.

*antara* – другой, иной, другая форма.

*pariṇāmaḥ* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.

*prakṛti* – природа, первоизданная материя, сущностная природа вещей; первоначальный источник, начало, первопричина.

*āpūrāt* – (5 падеж от āpūra) поток, наводнение, избытие, полнота, избыточность; делание полным.

निमित्तमप्रयोजकं प्रकृतीनां वरणभेदस्तु ततः क्षेत्रिकवत् ॥ ४.३ ॥

nimittamaprayojakaṃ prakṛtīnāṃ varaṇabhedastu tataḥ kṣetrikavat || 4.3||

Причина [действия] не приводит Пракрити в движение, а, подобно земледельцу, устраняет препятствия [на пути Пракрити]<sup>64</sup>. (4.3)

*nimittam* – основание, причина; инструментальная причина.

<sup>64</sup> Вьяса соотносит причину действия с дхармой, а препятствия с адхармой. Т.е. дхармические действия разрушают адхарму, препятствия для движения Пракрити, подобно тому, как земледелец устраняет помехи на пути потока, орошающего поля.

*aprayojakaṃ* – то, что не вызывает, не активизирует или не продвигает действие; не причиняющий, не порождающий или не производящий, не совершающий, бесцельный.  
*prakṛtīnāṃ* – (6 падеж мн.ч. от *prakṛti*) природа, первоизданная материя, сущностная природа вещей; первоначальный источник, начало, первопричина, исток.  
*varaṇa* – барьер, вал, насыпь, ограждение вокруг рисового поля (устранение которого позволяет воде течь на поле).  
*bhedas* – разлом, разделение, разрыв; разделение.  
*tu* – но, однако.  
*tataḥ* – поэтому, затем, там, по этой причине.  
*kṣetrikavat* – подобно крестьянину, как земледелец.

## निर्माणचित्तान्यस्मितामात्रात् ॥ ४.४ ॥

nirmāṇacittānyasmitāmātrāt || 4.4||

Только из самости [йогина] возникают сотворенные сознания (умы). (4.4)

*nirmāṇa* – создание, творение, образование.  
*cittāni* – (1 или 2 падеж мн.ч. от *citta*) ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление.  
*asmīā* – чувство “я есть”, я-концепция, эгоизм, эго, самость; принцип индивидуализации.  
*mātrāt* – (5 падеж от *mātra*) единственно, только; элемент, составная часть; имеющее измерение, меру; целое или совокупность.

## प्रवृत्तिभेदे प्रयोजकं चित्तमेकमनेकेषाम् ॥ ४.५ ॥

pravṛttibhede prayojakaṃ cittamekamanekeṣām || 4.5||

При [всем] разнообразии [их] деятельности сознание, которое направляет [действие] многих, одно. (4.5)

*pravṛtti* – явление, проявление, манифестация; источник; восприятие, психический процесс, познавательная способность; активность, деятельность, активная жизнь.  
*bhede* – (7 падеж от *bheda*) различие, разнообразие, модификация.  
*prayojakaṃ* – (1 или 2 падеж от *prayojaka*) причина; что активизирует или управляет действием; продвигающий, побуждающий.  
*cittam* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление, намерение, память.  
*ekat* – один, одиночный, уникальный; единый.  
*anekeṣām* – (6 падеж мн.ч. от *aneka*) из многих, из всех других.

## तत्र ध्यानजमनाशयम् ॥ ४.६ ॥

tatra dhyānajamanāśayam || 4.6||

Среди этих [сознаний те, что] порождены дхьяной, свободны от следов кармы. (4.6)

*tatra* – в этом случае, там.  
*dhyāna* – медитация, созерцание, длительное удержание внимания, сосредоточенное размышление, поток познания, осознания.  
*jat* – рожден, вызван.  
*anāśayam* – без остатка, свободный от влияния, не имеющий следов кармы (*āśaya* – хранилище, местопребывание скрытых самскар, семян кармы).



## कर्माशुक्लाकृष्णं योगिनस्त्रिविधमितरेषाम् ॥ ४.७ ॥

karmāśuklākṛṣṇaṃ yoginastrividhamitareṣām || 4.7||

Карма йогина – не белая, не черная; у других [же] она трех видов<sup>65</sup>. (4.7)

*karma* – (1 падеж от *karman*) действие и результат действия; последствия действий. *śukla* – не белый, не светлый, не чистый.

*akṛṣṇaṃ* – не черный, не темный.

*yoginaḥ* – (5 или 6 падеж от *yogin*) йогин.

*tri-vidham* – трех видов, трехчастный.

*itareṣām* – (6 падеж мн.ч. от *itara*) другие.

## ततस्तद्विपाकानुगुणानामेवाभिव्यक्तिर्वासनानाम् ॥ ४.८ ॥

tatastadvipākānugūṇānāmevābhivyaktirvāsanānām || 4.8||

Таким образом, проявление склонностей (желаний) происходит точно в соответствии с созреванием плодов этой [кармы]<sup>66</sup>. (4.8)

*tataḥ* – таким образом.

*tad* – его, этого, он/оно.

*vipāka* – результат; созревание, зрелость, последствия.

*anugūṇānām* – (6 падеж мн.ч. от *anugūṇa*) в соответствии, имеющий схожие качества, соответствующий.

*eva* – только, точно, действительно, поистине, единственно, в точности.

*abhi-vyaktir(h)* – проявление, манифестация.

*vāsanānām* – (6 падеж мн.ч. от *vāsanā*) потенциальный импульс или желание; тенденция действовать конкретным образом; впечатление или отпечаток, оставленный в сознании как результат прошлого опыта, восприятие прошлого опыта, идея, склонность.

## जातिदेशकालव्यवहितानामप्यानन्तर्यं स्मृतिसंस्कारयोरेकरूपत्वात् ॥ ४.९ ॥

jātideśakālavavyavahitānāmapyānantaryaṃ smṛtisamskārayorekarūpatvāt || 4.9||

Благодаря тому, что самсары и память имеют одну природу, существует непрерывность (неразрывная связь причины и следствия в контексте их проявления), даже при разделенности во времени, пространстве и формах рождения<sup>67</sup>. (4.9)

*jāti* – рождение, происхождение; социальная среда, социальный класс; виды, класс, категория или форма существования, жизни.

*deśa* – место.

<sup>65</sup> Три вида кармы: белая (подвижничество, созерцание, изучение текстов, благие дела), черная (греховные поступки), бело-черная (смешанная, когда человек совершает действия с разной мотивацией).

<sup>66</sup> Имеется в виду, что при созревании плода той или иной кармы, проявляются именно те васаны – склонности, отпечатки, желания, скрыто хранящиеся в сознании – которые соответствуют своему виду кармы.

<sup>67</sup> Речь идет о том, что самсары могут возникнуть в одной форме рождения, а проявиться (когда карма созреет) – в другой, причем в другом времени и пространстве. Таким образом, утверждается непрерывность кармы вне зависимости от рождения, пространства и времени. Вьяса поясняет, что самсары обусловлены прошлым опытом и бессознательными впечатлениями (васанами), в свою очередь память также связана с бессознательными впечатлениями от деятельности.

*kāla* – время.

*vyavahitānām* – (6 падеж мн.ч. от *vyavahita*) прерванный, различный, отдельный, отдаленный.

*api* – хотя, даже, и, более того.

*ānantarya* – непрерывность; последовательность, отсутствие интервала, близость.

*smṛti* – память, памятование.

*saṁskārayo(ḥ)* – (6 или 7 падеж дв.ч. от *saṁskāra*) впечатления, отпечатки в уме, следы.

*eka* – один, единичный, одиночный.

*rūpatvāt* – (5 падеж от *rūpa*) форма, тело, природа.

## तासामनादित्वं चाशिषो नित्यत्वात् ॥ ४.१० ॥

tāsāmanāditvaṁ cāśiṣo nityatvāt || 4.10||

Их безначальность обусловлена вечной природой желания [жить]. (4.10)

*tāsām* – (6 падеж мн.ч. от *tad*) они, те.

*anāditvaṁ* – безначальность, не имеющий начала.

*ca* – и.

*āśiṣaḥ* – (6 падеж от *āśis*) желание, основное желание; желание жить, быть.

*nityatvāt* – (5 падеж от *nityatva*) вечность, бесконечность, постоянное повторение.

## हेतुफलाश्रयालम्बनैः संगृहीतत्वादेशामभावे तदभावः ॥ ४.११ ॥

hetuphalāśrayālbhanaiḥ saṁgrhītatvādeśāmabhāve tadabhāvaḥ || 4.11||

Поскольку [формирование васан] связано с причиной, результатом, носителем<sup>68</sup> и внешней опорой, то при отсутствии таковых эти [бессознательные впечатления также] отсутствуют. (4.11)

*hetu* – причина, происхождение, повод, импульс, мотив.

*phala* – плод, результат, следствие.

*āśraya* – прибежище,местилище, убежище; носитель, среда; склонность к чему-то; то, к которому что-л. присоединено или с которым что-л. близко связано или в котором что-л. находится.

*ālbhanaiḥ* – (3 падеж мн.ч. от *ālbhana*) основание, опора, поддержка.

*saṁgrhītatvāt* – (5 падеж от *saṁgrhītatva*) соединенность, состояние соединения, связи; удержание вместе.

*eṣām* – (6 падеж мн.ч. от *etad*) этот.

*abhāve* – (7 падеж от *abhāva*) исчезновение, отсутствие, прекращение существования, несуществование.

*tad* – тот.

*abhāvaḥ* – исчезновение, уничтожение, исчезновение, отсутствие существования.

## अतीतानागतं स्वरूपतोऽस्त्यध्वभेदाद्धर्माणाम् ॥ ४.१२ ॥

atītānāgataṁ svarūpato'styadhvabhedaḍdharmāṅām || 4.12||

Прошлое и будущее существуют как таковые (в своей собственной форме) из-за различия качеств/характеристик [субъекта] по времени. (4.12)

*atīta* – прошлое, ушедший, прошедший, прошлый, исчезнувший, прекратившийся. *anāgataṁ* – nepřибывшее, не проявившееся, еще не наступившее, будущее.

<sup>68</sup> Под носителем понимается ум (манас), который «носит» эти впечатления в себе, хранит их. Внешняя опора – это внешние объекты, которые способствуют проявлению впечатлений/васан. Некоторые переводчики считают, что в сутре идет речь о самскарах, а не о васанах.

*svarūpataḥ* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность; как таковой.

*asti* – существует.

*adhva* – путь, направление, время, дистанция.

*bhedāt* – (5 падеж от *bheda*) разделение, дробление, нарушение, расщепление, рассечение, поломка, разрыв; разнообразие, различие, отличие.

*dharmāṅgāt* – (6 падеж мн.ч. от *dharma*) свойство, характеристика, форма, качество, функция, атрибут или признак.

## ते व्यक्तसूक्ष्मा गुणात्मानः ॥ ४.१३ ॥

te vyaktasūkṣmā guṇātmānaḥ || 4.13||

Они – проявленные, тонкие, и обладают природой гун. (4.13)

*te* – (1 падеж мн.ч. от *tat*) те, они.

*vyakta* – проявленный, ясно показавшийся, сделавшийся очевидным, обнаружившийся, очевидный, явный, видимый.

*sūkṣmāḥ* – (1 падеж мн.ч. от *sūkṣma*) тонкий, неуловимый, невидимый, мельчайший, едва различимый, неосязаемый, непостижимый.

*guṇa* – качество, свойство, вид, атрибут.

*atmānaḥ* – (1 падеж мн.ч. от *ātman*) сущность, природа.

## परिणामैकत्वाद्वस्तुतत्त्वम् ॥ ४.१४ ॥

pariṇāmaikatvādvastutattvam || 4.14||

Реальность (сущность) объекта [обусловлена] однородностью (единообразием) преобразований. (4.14)

*pariṇāma* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.

*ekatvāt* – (5 падеж от *ekatva*) единство, однородность, единственность; тождество, единение, объединение, соединение, идентичность, тождественность, единообразие.

*vastu* – вещь, объект, вещественность, объект; реальность, действительность.

*tattvam* – сущность, реальность, существенное качество, сущность, принцип.

## वस्तुसाम्ये चित्तभेदात्तयोर्विभक्तः पन्थाः ॥ ४.१५ ॥

vastusāmye cittabhedāttayorvibhaktaḥ panthāḥ || 4.15||

Поскольку один и тот же объект по-разному [воспринимается] индивидуальными сознаниями, эти два (реальность объекта и его отражение в сознании) относятся к разным сферам/путям [существования]. (4.15)

*vastu* – вещь, объект, вещественность.

*sāmye* – (7 падеж от *sāmya*) сходство, подобие, одинаковость, единообразие, тождество; тождественность.

*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление.

*bhedāt* – (5 падеж от *bheda*) изменение: разделение, дробление, нарушение, расщепление, различие, разнообразие.

*tayoḥ* – (6 или 7 падеж дв.ч. от *tad*) оба (объект и умы).

*vibhaktaḥ* – различный, разделенный, модифицированный; отдельный, особый, отличный, другой, не такой, непохожий, разный, разнообразный.

*panthāḥ* – (1 падеж от *pathin*) путь, дорога, курс; способ действия, направление поведения; диапазон, уровень, категория.

## न चैकचित्ततन्त्रं वस्तु तदप्रमाणकं तदा किं स्यात् ॥ ४.१६ ॥

na caikacittatantram vastu tadapramāṇakaṁ tadā kiṁ syāt || 4.16||

Если [допустить, что] объект зависит лишь от одного сознания, и [по какой-то причине] объект не может быть познан/воспринят – будет ли в таком случае он существовать?<sup>69</sup> (4.16)

na – не.

ca – и.

eka – один.

citta – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

tantram – основная/важная часть, характерная особенность, модель, зависимость.

vastu – вещь, объект, вещественность, объект; реальность, действительность.

tat – то.

apramāṇakaṁ – невоспринимаемый, непознаваемый, недоказуемый.

tadā – тогда, в этом случае.

kiṁ – как? что? почему?

syāt – может быть, может существовать возможно.

## तदुपरागापेक्षित्वाच्चित्तस्य वस्तु ज्ञाताज्ञातम् ॥ ४.१७ ॥

taduparāgāpekṣitvācchittasya vastu jñātājñātam || 4.17||

Объект познан или не познан в зависимости от того, окрашивает ли он сознание [или нет]<sup>70</sup>. (4.17)

tad – это; тот.

uparāga – окрашивание, аффектация, окраска; влияние, воздействие.

apekṣitvāt – (5 падеж от apekṣitva) из-за ожидания, посредством ожидания; из-за зависимости, обусловленности.

cittasya – (6 падеж от citta) ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление.

vastu – вещь, объект, вещественность, объект; реальность, действительность.

jñāta – известный, признанный, познанный.

ajñātam – (1 падеж от ajñāta) неизвестный, непознанный.

## सदा ज्ञाताश्चित्तवृत्तयस्तत्प्रभोः पुरुषस्यापरिणामित्वात् ॥ ४.१८ ॥

sadā jñātāścittavṛttayastatprabhoḥ puruṣasyāpariṇāmitvāt || 4.18||

Колебания (изменчивые активности) читты всегда известны его господину – Пуруше, который не [обладает природой] изменения. (4.18)

sadā – всегда.

jñātāḥ – известно.

citta – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

vṛttayaḥ – (1 падеж мн.ч. от vṛtti) деятельность, активность, функция, процесс, функционирование; состояние, модификация; видоизменение; вращение, колебание, волнение, флуктуация.

tat – тот, оно.

<sup>69</sup> Вариант перевода: Объект не является частью одного (единичного) сознания, [поскольку если бы это было так,] и объект был бы [по какой-то причине] не познан, то как бы он тогда мог существовать?

<sup>70</sup> Чувственный объект, который воздействует на сознание, окрашивает его, становится познанным.

*prabhoḥ* – (5 или 6 падеж от *prabhu*) владыка, господин.  
*puruṣasya* (6 падеж от *puruṣa*) существо, субъект; истинная сущность, я, Дух.  
*apariṇāmitvāt* – (5 падеж от *apariṇāmitva*) неизменность, отсутствие изменений, трансформаций.

## न तत्त्वाभासं दृश्यत्वात् ॥ ४.१९ ॥

na tatsvābhāsaṃ dṛśyatvāt || 4.19||

Она (читта) не обладает собственным светом вследствие познаваемости.<sup>71</sup> (4.19)

*na* – нет.

*tat* – это, то, тот.

*svā-bhāsam* – собственный свет, самосветящийся.

*dṛśyatvāt* – (5 падеж от *om dṛśyatva*) видимость, видение, познаваемость.

## एकसमये चोभयानवधारणम् ॥ ४.२० ॥

ekasamaye cobhayānavadhāraṇam || 4.20||

Одновременное восприятие (познание) обоих (читты и Пуруши) невозможно. (4.20)

*eka-samaye* – одновременно, в один и тот же момент времени.

*sa* – и.

*ubhaya* – оба, обоих видов, оба пути.

*anavadhāraṇam* – невозможность узнать, определить или познать, выяснить.

## चित्तान्तरदृश्ये बुद्धिबुद्धेरतिप्रसङ्गः स्मृतिसङ्करश्च ॥ ४.२१ ॥

cittāntaradrśye buddhibuddheratiprasaṅgaḥ smṛtisaṅkaraśca || 4.21||

[Если допустить] восприятие [ума] другим умом, [тогда возникнет] бесконечный и абсурдный процесс познания познания и замешательство памяти<sup>72</sup>. (4.21)

*citta* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание.

*antara* – другой.

*dṛśye* – (7 падеж от *dṛśya*) видимое, известное, любой видимый объект, то, на что смотрят.

*buddhi* – разум; понимание, интеллект, познание; умение распознавать; проницательность; самый чистый аспект (*самтва*) ума (читта).

*buddheḥ* – (6 падеж от *buddhi*) разум, понимание.

*atiprasaṅgaḥ* – (ном. sg. m. от *atiprasaṅga*) негармоничная связь, избыточность; бесконечная вложенность.

*smṛti* – память.

*saṅkaraḥ* – путаница, замешательство.

*sa* – и.

## चितेरप्रतिसंक्रमायास्तदाकारापत्तौ स्वबुद्धिसंवेदनम् ॥ ४.२२ ॥

citerapratisaṅkramāyāstadākārāpattau svabuddhisamvedanam || 4.22||

<sup>71</sup> Ум (читта) не обладает самосветимостью, потому как чистое сознание (Пуруша) является светом, а ум – это объект познания, восприятия.

<sup>72</sup> Здесь речь идет о том, что видящий, воспринимающий все умы – только Пуруша, а не какой-либо другой ум (читта). Иначе кто бы тогда воспринимал (познавал, освещал) этот воспринимающий ум, и так далее до бесконечности.

Когда неизменное осознание (Пуруша) отражается в этой форме (в читте<sup>73</sup>) возникает осведомленность относительно собственного процесса познания<sup>74</sup>. (4.22)

*citeḥ* – (6 падеж ж.р. от *citi*) понимание, разум, способность понимать, осознание.

*apratīsamkrāmāyāḥ* – (6 падеж ж.р. от *apratīsamkrāmā*) неизменный; неактивный; несмешанный

*tad* – это, тот.

*ākāra* – форма, природа, внешний вид, образ.

*āpattau* – (7 падеж от *āpatti*) вхождение, проникновение в состояние или условие; вступление в отношения; происходящий, случившийся.

*sva* – свой, собственный.

*buddhi* – разум, понимание.

*saṁvedanam* – акт познания, восприятия, чувствования; восприятие, познание; становление известным.

## द्रष्टृद्रश्योपरक्तं चित्तं सर्वार्थम् ॥ ४.२३ ॥

*draṣṭṛdṛśyoparaktam cittam sarvārtham* || 4.23||

Читта<sup>75</sup>, окрашенная видимым и видящим, охватывает все объекты. (4.23)

*draṣṭṛ* – зрящий, зритель, наблюдатель, видящий; субъект, который получает впечатления; истинное я, сущность.

*dṛśya* – зримое, воспринимаемое.

*oparaktam* – окрашенный; испытывающий влияние.

*cittam* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление, понимание;

*sarva* – все.

*artham* – значение, смысл; цель, намерение, благо, выгода, полезность, ценность; объект.

## तदसंख्येयवासनाभिश्चित्तमपि परार्थं संहत्यकारित्वात् ॥ ४.२४ ॥

*tadasamkhyeyavāsanābhiścittamapi parārtham saṁhatyakāritvāt* || 4.24||

Эта [читта], окрашенная бесчисленными впечатлениями, также следует высшей цели, поскольку соединена [с Пурушей] в своем действии<sup>76</sup>. (4.24)

<sup>73</sup> Здесь используется слово *citi*, что означает энергию сознания, осознание – чити-шакти. То есть это сила чистого сознания, Пуруши. Буддхи не является тем, кто познает, это чистое неподвижное осознание принимает форму нашего ограниченного ума (или отражается в этой форме), благодаря чему происходит процесс самопознания. Иными словами, когда читта становится неподвижной (подобным чистому неизменному сознанию – Пуруше), тогда возможен процесс самопознания, познания своего разума, буддхи.

<sup>74</sup> Вариант перевода: Познание своего собственного буддхи [происходит] в состоянии неподвижности осознания.

<sup>75</sup> Читта (ум, индивидуальное пространство сознания) окрашена познаваемым объектом, но и сама в силу свойства быть объектом восприятия оказывается связанной с субъектом (видящим), то есть Пурушей.

То есть посредством читты мы познаем внешний мир (внешние объекты), но также в ней отражается и познается наша истинная природа – Пуруша. Выражение *sarvārtham* означает все вещи/объекты вообще, то есть все существующее – внешнее и внутреннее; также – возможность достижения всех целей.

<sup>76</sup> Читта всегда соединена с Пурушей, соответственно подчинена его высшей цели. Часто *parārtham* переводят как «ради другого» или «другая цель», подразумевая в сущности то же самое – читта действует или существует ради другого, то есть Пуруши, и служит его целям. Все, что испытывает, познает читта, существует не само по себе, а для Пуруши.

*tad* – то, тот, э́том.

*asaṁkhyeya* – бесчисленный, неисчисли́мое мно́жество.

*vāsanābhīḥ* – (3 падеж мн.ч. от *vāsanā*) потенциа́льный импульс или желание; тенденция действовать конкретным образом, психический отпечаток, оставленный предыдущим опытом в бессознательном; импринт; тонкое желание, скрытое бессознательное желание, склонность.

*cītram* – видный, заметный, различаемый; различный, разный, многообразный; пестрый, окрашенный, раскрашенный разными цветами; диверсифицированный.

*apī* – также.

*para* – другой, отличный, иной; высший, следующий.

*artham* – значение, смысл; цель, намерение, воля, замысел, результат, успех, благо; объект.

*saṁhatya* – связанный, объединенный, соединенный с, собранный или действующий вместе.

*kāritvāt* – (5 падеж от *kāritva*) состояние деятеля, деятельности; качество активности.

*saṁhatyakāritva* – совместная работа или стремление.

## विशेषदर्शिन आत्मभावभावनाविनिवृत्तिः ॥ ४.२५ ॥

*viśeṣadarśina ātmabhāvabhāvanāvinivṛttiḥ* || 4.25||

У видящего различие<sup>77</sup> прекращаются размышления касательно собственной сущности (природы души). (4.25)

*viśeṣa* – различие, конкретное качество; особый, конкретный, определенный, конкретный, проявленный, необычный, своеобразный.

*darśinaḥ* – (5 или 6 падеж от *darśin*) видящий, тот, кто видит.

*ātma* – (от *ātman*, используется в сложных словах) сущность, природа, я; субъект; свидетель, душа, жизненный принцип.

*bhāva* – сущность, состояние, существование.

*ātmabhāva* – собственное существование, становление собой, существование души.

*bhāvanā* – проявление, возникновение, становление; порождающий бытие, производящий, осуществляющий; формирование в уме, понятие, концепция, концептуализация, представление, фантазия, проекция; аргумент, чувство преданности, размышление, рефлексия

*nivṛttiḥ* – прекращение, отказ, остановка, сворачивание.

## तदा विवेकनिम्नं कैवल्यप्राग्भारं चित्तम् ॥ ४.२६ ॥

*tadā vivekanimnaṁ kaivalyapṛāgbhāraṁ cittam* || 4.26||

Тогда сознание (читта), способное различать, тяготеет к полному освобождению. (4.26)

*tadā* – затем.

*viveka* – различение, пронизательность, способность различать.

*nimnaṁ* – склонность, углубление.

*kaivalya* – полное освобождение, абсолютное единство, свобода, уединение, обособленность, независимость, не связанность ни с чем, отстранение от всех других связей, исключительность.

*pṛāgbhāra* — тяготеющий, склоняющийся; склонность, предрасположенность.

*cittam* – ум, разум, мышление, внимание, мысль, сердце, сознание, размышление, понимание.

## तच्छिद्रेषु प्रत्ययान्तराणि संस्कारेभ्यः ॥ ४.२७ ॥

*tacchidreṣu pratyayāntarāṇi saṁskārebhyaḥ* || 4.27||

<sup>77</sup> Имеется в виду различие между Пурушей и читтой.

В промежутках [между состояниями различения] из самскар возникают другие представления. (4.27)

*tat* – это, то, тот.

*chidreṣu* – (7 падеж мн.ч. от *chidra*) промежуток, отверстие, интервал.

*pratyayān* – (2 падеж мн.ч. от *pratyaya*) представление, идея, понятие, концепция, предположение, мысль, мысленный образ; знание, познание; убеждение, верование.

*antaraṇi* – (1 или 2 падеж мн.ч. от *antara*) другой.

*saṁskārebhyaḥ* – (5 или 6 падеж мн.ч. от *saṁskāra*) впечатления, отпечатки в уме, впечатление в уме от действий, сделанных в прежнем состоянии существования и формирующие тенденции к их повторению их.

## हानमेषां क्लेशवदुक्तम् ॥ ४.२८ ॥

*hānameṣāṁ kleśavaduktam* || 4.28||

Избавление от них подобно [избавлению] от омрачений (клеш), описанному ранее. (4.28)

*hānam* – устранение.

*eṣāṁ* – их.

*kleśa* – омрачение; причина скорби, несчастий, страданий; аффект; препятствия, порождающие боль, несчастье; мучение, скорбь, горе, бедствие, беспокойство.

*kleśavat* – подобно клешам.

*uktam* – было описано, сказано.

## प्रसंख्यानेऽप्यकुसीदस्य सर्वथा विवेकख्यातेर्धर्ममेघः समाधिः ॥ ४.२९ ॥

*prasamkhyāne'pyakusīdasya sarvathā  
vivekakhyāterdharmameghaḥ samādhiḥ* || 4.29||

У того, кто не имеет жадности или эгоистической мотивации даже по отношению к медитации, кто постоянно [практикует] различающее видение, [возникает] самадхи [именуемое] «Облако дхармы». (4.29)

*prasamkhyāne* – (7 падеж от *prasamkhyāna*) рефлексия, инсайт, глубокое понимание, медитация.

*apī* – даже, хотя.

*akusīdasya* – (6 падеж. от *akusīda*) незаинтересованный, бескорыстный, без выгоды.

*sarvathā* – любым способом, во все времена, всеми средствами, всецело.

*viveka* – различение, проницательность, способность различать.

*khyāteḥ* – (5 или 6 падеж от *khyāti*) осознание, понимание, видение, представление, осознание, знание, идея.

*dharma* – добродетель, заслуга; долг, правосудие, естественное право, религия, установленный порядок, индивидуальное или коллективное обязательство; характеристика.  
*megha* – облако.

*samādhiḥ* – самадхи, созерцание, сосредоточение, глубокое осознание; глубокая медитация; внимательность, единение, согласие, интеграция; поглощение, погружение.

## ततः क्लेशकर्मनिवृत्तिः ॥ ४.३० ॥

*tataḥ kleśakarmanivṛtīḥ* || 4.30||

В результате этого исчезают омрачения (клешы) и карма. (4.30)



*tataḥ* – (adv. om *tatas*) таким образом, следовательно, затем.  
*kleśa* – омрачение; причина скорби, несчастий, страданий; аффект; препятствия, порождающие боль, несчастье; мучение, скорбь, горе, бедствие, беспокойство.  
*karma* – (1 или 2 падеж от *karmaṇ*) действия, последствия действий.  
*nivṛttiḥ* – полное прекращение, устранение, исчезновение; отсутствие видоизменений.

## तदा सर्वावरणमलापेतस्य ज्ञानस्यानन्त्याज्ज्ञेयमल्पम् ॥ ४.३१ ॥

tadā sarvāvaraṇamalāpetasya jñānasyānantyājñeyamalpam || 4.31||

И тогда, благодаря беспредельности знания, освобожденного от всех загрязнений и покровов, немногое [остается] из того, что должно быть познано. (4.31)

*tadā* – тогда.  
*sarva* – все.  
*āvaraṇa* – завеса, покров, препятствие.  
*mala* – несовершенство, загрязнение, нечистота.  
*apetasya* – (6 падеж от *apeta*) избавившийся, отстранившийся, уклонившийся, отбывший, свободный от.  
*jñānasya* – (6 падеж от *jñāna*) знание, познание, понимание.  
*ānantayāt* – (5 падеж от *ānantya*) бесконечный, безграничный, необъятный, вечный, бесконечность, безграничность.  
*jñeya* – (должен) быть познанным, изученным, понятным.  
*alpam* – маленький, небольшой, ничтожный, пустяковый, незначительный.

## ततः कृतार्थानां परिणामक्रमसमाप्तिर्गुणानाम् ॥ ४.३२ ॥

tataḥ kṛtārthānāṃ pariṇāmakramasamāptirguṇānām || 4.32||

В результате этого завершается последовательность изменения гун, осуществивших свою цель. (4.32)

*tataḥ* – (om *tatas*) там, в этом месте, после этого, поэтому, от этого.  
*kṛta* – осуществленное.  
*arthāna* – (6 падеж мн.ч. от *artha*) значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, воля, замысел, результат, успех, благо; объект.  
*pariṇāta* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование.  
*krama* – последовательность, процесс.  
*samāptiḥ* – конец, окончание, завершение.  
*guṇānām* – (6 падеж мн.ч. от *guṇa*) качество, свойство.

## क्षणप्रतियोगी परिणामापरान्तनिर्ग्राह्यः क्रमः ॥ ४.३३ ॥

kṣaṇapratiyogī pariṇāmāparāntanirgrāhyaḥ kramah || 4.33||

Крама – это непрерывная последовательность моментов, определяемая в конечной точке трансформации. (4.33)

*kṣaṇa* – момент, минимальная единица времени.  
*pratiyogī* – (1 падеж от *pratiyogin*) какой-л. объект, зависящий от другого и не существующий без него.  
*pariṇāta* – трансформация, изменение, эволюция, модификация, преобразование. *aparānta* – конечная точка, завершение, конец.  
*nirgrāhyaḥ* – определяемый, узнаваемый, понятный.  
*kramah* – последовательность, процесс, серия.

पुरुषार्थशून्यानां गुणानां प्रतिप्रसवः कैवल्यं  
स्वरूपप्रतिष्ठा वा चितिशक्तिरिति ॥ ४.३४ ॥

puruṣārthaśūnyānāṃ guṇānāṃ pratiprasavaḥ kaivalyaṃ  
svarūpapraṭiṣṭhā vā citiśaktirīti || 4.34||

Итак, полное освобождение (кайвалья) или установление энергии сознания (чити-шакти) в своей собственной форме – это возвращение гун в первоначальное состояние (свертывание), когда они более не имеют значения для Пуруши. (4.34)

*puruṣa* – существо, личность, субъект; я, Дух, душа.

*artha* – значение, смысл; цель, намерение, целенаправленность, воля, замысел, результат, благо, ценность; объект.

*śūnyānām* – (6 падеж мн.ч. от *śūnya*) лишенный, пустой.

*guṇānām* – (6 падеж мн.ч. от *guṇa*) качество, свойство.

*pratiprasavaḥ* – возвращение в первоначальное состояние.

*kaivalyaṃ* – полное освобождение, абсолютное единство, свобода, уединение, обособленность, абстракция, не связанность ни с чем, отстранение от всех других связей.

*svarūpa* – собственная форма, природа, собственное состояние, идентичность, сущность.

*praṭiṣṭhā* – пребывание, устойчивость, стойкость, непоколебимость, стабильность, постоянство.

*vā* – либо, или, подобно, однако, поистине, действительно.

*citi* – абсолютное знание, сознание, осознание.

*śakti* – способность, сила, могущество, усилие, энергия, возможность.

*īti* – таким образом, следовательно, поэтому, короче говоря, наконец.

॥ इति पतञ्जलि-विरचिते योग-सूत्रे चतुर्थः कैवल्य-पादः ॥

|| iti patañjali-viracite yoga-sūtre caturthaḥ kaivalya-pādaḥ ||

Такова четвертая глава «Об абсолютном освобождении» в Йога-сутрах, составленных Патанджали.

॥ इति श्री पातञ्जल-योग-सूत्राणि ॥

|| iti śrī pātañjala-yoga-sūtrāṇi ||

Так [завершаются] Йога-сутры Шри Патанджали.