

YOGA PHILOSOPHY OF PATAÑJALI

BOOK I

On Concentration

अथ योगानुशासनम् ॥ १ ॥

भाष्यम् । अथेत्ययमधिकारार्थः । योगानुशासनं शास्त्रमधिकृतं वेदितव्यम् । योगः समाधिः । स च सार्वभौमचित्तस्य धर्मः । चित्तं मूढं विक्षिप्तम् एकाग्रं निरुद्धमिति चित्तभूमयः । तत्र विक्षिप्ते चेतसि विक्षेपोप-सर्जनीभूतः समाधिर्न योगपक्षे वर्तते । यस्त्वेकाग्रे चेतसि सद्भूतमर्थं प्रद्योतयति, क्षिणोति च क्लेशान्, कर्मबन्धनानि श्लथयति, निरोधमभिमुखं करोति, स सम्प्रज्ञातो योग इत्याख्यायते । स च वितर्कानुगतो विचारानुगत आनन्दानुगतोऽस्मितानुगत इत्युपरिष्ठात् प्रवेदयिष्यामः । सर्ववृत्तिनिरोधे त्वसम्प्रज्ञातः समाधिः ॥ १ ॥

Now Then Yoga Is Being Explained. 1.

The word 'Atha' (now then) (1) indicates the commencement of a subject which is under discussion. It is to be understood that the Śāstra dealing with the regulations relating to Yoga is now going to be explained (2). Yoga means concentration (Samādhi) (3). It is a feature of the mind in all its habitual states (4), *i.e.* concentration or Samādhi of some sort is possible whatever might be the state in which a mind may be. Such states (5) are five in number, *viz.* Kṣipta (distracted), Muḍha (stupefied), Vikṣipta (restless), Ekāgra (one-pointed), and Niruddha (suppressed). Of these, in the concentration that is attainable by a restless mind (6) the moment of concentration is subordinated to the moments of unrest. Such concentration cannot,