

## De Yoga Sūtra's I.1-4 en 12-15

Vertaling I.K. Taimni 1961, C. Keus 1975

1. Hierbij (Nu wordt) een uiteenzetting van Yoga (gegeven).
2. Yoga is het stilzetten van de wijzigingen van het denken.
3. Dan is de ziener gevestigd in zijn eigen, essentiële en fundamentele aard.
4. In andere staten is er assimilatie (van de ziener) met de modificaties (van het denken).
  
12. Onderdrukking hiervan (wordt tot stand gebracht) door nooit aflatende beoefening en ongehechtheid.
13. Abhyāsa is de poging om stevig gegrondvest te zijn in die staat (namelijk van Citta-Vṛtti-Nirodha [het stilzetten van de wijzigingen van het denken]).
14. Deze (namelijk de Abhyāsa, oefening) raakt stevig gefundeerd (mits) lange tijd voortgezet, zonder onderbreking en met eerbiedige toewijding.
15. Het besef van volmaakte beheersing (over begeerten) in iemand die heeft opgehouden te dorsten naar objecten, zowel zichtbare als onzichtbare, is Vairāgya, ongehechtheid.