

BHAGAVADGÎTÂ

MAHÂBHÂRATA TEOS
Tlk Linnart Mäll

VI. ENESEOHJELDAMISE JOOGA

SHRÎ BHAGAVAT ÜTLES:

1. Erak on see, joogi on see, kes sõltumata tegude viljadest teeb vajalikku, mitte aga see, kes on jätnud ohvritule ega tegutse.
2. Tea, Pândava, et see, mida nimetatakse eraldumiseks, ongi jooga, sest kujutlustest eraldumata ei saa keegi joogiks!
3. Joogasse tõusta soovivale targale on vahendiks teod. Joogasse jõudnule on vahendiks rahu.
4. Kes ei takle võimete valdade ja tegude külge ning on eraldunud kõikidest kujutlustest, selle kohta öeldakse: Joogasse tõusnu.
5. Tõstku ta ennast ise kõrgemale, ärgu ta ennast ise juhtigu alla: ise ollakse oma sõber, ise ollakse oma vaenlane.
6. Ise ollakse oma sõber siis, kui ennast ise võidetakse. Aga kui ennast ise ei valitseta, siis ollakse ise oma vaenlane.
7. Iseenese võitnu ja rahunenu Kõrgeim Mina on keskendunud, olgu siis külm või soe, tabagu teda õnn või kannatus, olgu ta osaks kuulsus või kuulsusetus.
8. Rakendunuks nimetatakse Tipus püsivat ja võimed allutanud joogit, kes on rahul ning täis Teadmist ja teadmisi. Ta suhtub võrdselt nii savikamakasse, kivisse kui ka kullatükki.
9. Veel erilisem on too, kes mõtleb, et sõber, kaaslane, vaenlane, erapooletu, ükskõikne, põlgusväärne, sugulane, saadhu ja patune on võrdväärised.
10. Joogi, kes on ohjeldanud meele ja keha ning kellel ei ole soove ega omandit, viibigu pidevalt omaette varjatud kohas!
11. Kuivas paigas valmistagu ta enesele kindel iste, mitte liiga kõrge ja mitte liiga madal, ning katku see järjestikku kusharohu, naha ja riidega!
12. Seal istugu ta istmele, suunaku meel ainsasse punkti, ohjeldagu mõtte ja võimete talitus ning rakendagu joogat, et ennast puhastada!
13. Keha, pead ja kaela sirgelt ning liikumatult hoides vaadaku ta oma ninaotsa ja ärgu heitku pilku kõrvale!
14. Istugu ta rahulikult ja hirmuta, täitku kasinuse töotust, ohjeldagu oma meelt, sidugu mõtted minuga ja pidagu mind Ülimaks!
15. Kui joogi nõnda pidevalt toimib ja meelt ohjeldab, siis jõuab ta nirvaana ülimasse rahusse, mis asub minus.
16. Jooga ei sobi niisugusele, kes liiga palju sööb ega ka niisugusele, kes üldse ei söö, ega ka niisugusele, kes üleliia magab, ega ka niisugusele, kes pidevalt ärkvel on, Ardzuna.
17. Kannatusi kaotav jooga sobib niisugusele, kes sööb piiri pidades, puhkab piiri pidades, tegutseb piiri pidades ning magab ja on ärkvel piiri pidades.
18. Joogiks nimetatakse seda, kelle ohjeldatud meel on suunatud iseenesesse ja kes ei kiindu ühessegi ihasse.
19. "Nagu leek, mis tuuletus paigas ei võbele.." - see võrdlus käib joogi kohta, kes on meele ohjeldanud ja rakendab joogat.
20. Kus joogaharjutustega rahustatud meel puhkab, kus iseennast vaadeldes rahuldutakse iseenesega,
21. kus tuntakse piiritut õndsust, mida vaid mõistus haarab ja mis jääb võimetele tabamatuks - seal ei lahkuta Tõelusest.
22. Sinna jõudnu saab aru, et kuhugi kõrgemale ei ole enam minna. Rängemadki õnnetused ei kõiguta seal viibijat.
23. Tea, et seda nimetataksegi joogaks ja see harutab lahti kannatuste sidemed! Joogat tuleb rakendada otsustavalt ja avalil meelel.
24. Hüljaku ta eranditult kõik kujutlustest sügenenud soovid, ohjeldagu tema meel võimed täielikult,
25. vaigistagu ta ennast samm-sammult mõistuse väga ja hoidku ta meeles vaid iseennast ega mõelgu millelegi muule!
26. Kuhu ka ei kipuks heitlik ja püsimatult meel, seal tuleb see ohjeldada ja iseene võimu alla tuua!
27. Puudusteta joogi, kelle meel on rahunenud ja erutused vaibunud, leiab ülima õnne ja saab Brahmaks.
28. Nõnda saab hõlpsalt piiritut õnne maitsta puudustest vaba joogi, kes viibib pidevalt joogas ja on Brahmaga ühenduses.
29. Iseennast kõikides olendites ja kõiki olendeid iseeneses näeb kõike ühtemoodi nägev joogi.
30. Kes mind kõikjal ja kõike minus näeb, teda ma ei kaota silmist ja tema ei kaota mind silmist.
31. Joogi, kes ühtsuses püsivana austab kõikides olendites mind, asub minus, kus ta ka ei asuks.
32. Kõrgeimaks joogiks, Ardzuna peetakse seda, kes iseene põhjal näeb kõikides üht ja sama,

olgu need siis õnnelikud või õnnetud.

ARDZUNA ÜTLES:

33. Oh Deemonihävitaja! Sa rääkisid joogast kui ühetaolisusest. Kuid mina heitlikuna ei näe mingit püsivat seisundit.

34. Meel on heitlik, Krishna, rahutu, kangekaelne ja karm; ma arvan, et seda on sama raske püüda kui tuult.

SHRÎ BHAGAVAT ÜTLES:

35. Tõepoolest, Suurekäeline, meel on püsimatu ja seda on raske püüda. Kuid kiretu, Kaunteja, saab selle kätte, kui harjutab.

36. Ma arvan, et ohjeldamatul ei ole kerge joogasse jõuda. Kuid jõuab see, kes ennast valitseb ja püüab jõuda, kui vaid oskab.

ARDZUNA ÜTLES:

37. Mis teed, Krishna, läheb ohjeldamatu, kes küll usub, ent eemaldub joogast, jõudmata selle täiuseni?

38. Kas ei kao nagu rebenenud pilv see toetuspinnata sõge, Brahma teelt eksinu, kes mõlemast ära langeb, oo Suurekäeline?

39. Krishna, sa suudad minu kahtluse täielikult läbi lõigata, sest ei ole teist, kes seda teeks!

SHRÎ BHAGAVAT ÜTLES:

40. Ta ei hävi ei siin, Pârtha, ega seal, sest head teinu, mu sõber, ei lähe kunagi halba teed.

41. Joogast langenu sattub maailma, mis vastab tema pälvimustele ja viibib seal ääretult kaua. Seejärel sünnib ta jõukate ja auväärsete kodus.

42. Ta võib ka sündida tarkade joogide perekonnas, kuid niisugust sündi on maailmas kõige raskem leida.

43. Seal on ta mõistuselt samasugune kui eelmises elus ja püüab edasi täiuse poole, oo Kurude Rõõm.

44. Varasemate harjutuste mõjul liigub ta vältimatult edasi. Isegi see, kes joogast ainult teada soovib, tõuseb Sõnabrahmast kõrgemale.

45. Kuid joogi, kes usinalt püüab ja ennast pahedest puhastab, täiustub sünnist sündi ja liigub ülimate teed.

46. Joogi on askeetidest üle, ta on ka Teadjatest üle; joogi on tegutsejatest üle, sellepärast ole joogi, Ardzuna!

47. Kõikidest joogidest on minuga kõige rohkem seotud aga see, kes on minu juurde jõudnud ning hingesügavuses mind usub ja austab.

See on Önnestavas Bhagavadgîtâs, Upanishadis, Brahmateaduses, Joogaõpikus, Shri Krishna ja Ardzuna vestluses kuues peatükk, ENESEOHJELDAMISE JOOGA