

## **L` essenza di Patanjali (1°,2°,3° e ultimo Sutra)**

### 1° Sutra

Ora inizia la disciplina dello Yoga.

La parola “disciplina” deriva dalla parola “discepolo”. Un discepolo è colui che impara e, per apprendere in ambiente spirituale, è necessario tanto disapprendimento e tanto decondizionamento. Quindi questo sutra è un invito al processo di decondizionamento.

### 2° Sutra

Lo Yoga (Integrazione) è la cessazione delle abitudini e delle agitazioni della mente.

L`integrazione della mente (conoscenza separata) con un`altra dimensione, che non è della mente (consapevolezza unitaria), è possibile soltanto quando cessano le macchinazioni, i miti, i misfatti, le malattie e le manie della mente. Non esiste altra possibilità.

### 3° Sutra

Una esposizione all`altra dimensione pone uno nel suo stato naturale.

A seguito della integrazione, emerge un riorientamento nella vita nel quale si manifesta lo stato naturale in cui il corpo riceve istruzioni solo dalle ghiandole e dai chakra. La mente o il pensiero non interferiscono, come un intruso che solleva problemi psicosomatici, persecuzioni e paradossi.

### Ultimo Sutra

L`azzeramento della personalità innesca un processo nel quale uno si trova in un circolo virtuoso, il cui l`apice è l`eterno insediamento dello stato naturale, nel quale uno esiste in armonia con l`energia intelligente. Punto e basta.

La personalità (l`Ego), cioè il nome, deve cessare affinché il processo sacro, cioè il verbo, abbia inizio. Al termine esplose nell`eterno emergere dello stato naturale, che è in relazione con una Energia che comprende. Nessun ulteriore movimento della mente.