瞑想行の探究

『ヨーガ・スートラ』和訳ノート

長澤弘隆

瞑想行の探究

『ヨーガ・スートラ』和訳ノート

■まえがき

このたび和訳ノートにした『ヨーガ・スートラ』は、いわゆる「インド六派哲学」の一派ヨーガ学派の根本経典である。

私のような仏教僧をはじめ仏教に慣れ親しんだ人はつい、仏教発祥の地のインドを仏教国だと思ったり、インドの宗教は仏教だと勘ちがいしがちであるが、インドはもとからヒンドゥー教（バラモン教）の国であり、釈尊はヴィシュヌ（Viṣṇu）神のアヴァターラ（avatāra、化身、権化）の一つ「ブッダ（Buddha）」「バウダ（Bauddha）」に過ぎず、神のような絶対的存在も認めず、生命欲・自我意識にも無執着を説き、それを思想化して「無我」「無自性」「空」（非実在論）を主張する仏教は、ヒンドゥー社会では信仰上も思想上も亜流である。

そのヒンドゥー社会でヒンドゥー教とともに正統学派と言われるのが、ヒンドゥー教の聖典「ヴェーダ（Veda）」や「ウパニシャッド（Upaniṣad）」を研究する「ヴェーダーンタ（Vedānta）学派」で、それをはじめとして六つの学派があり、いわゆる「実有論」（モノ（事物）やコト（事象）は私たちに認識されてはじめて＜有る＞のではなく、私たちの認識とは無関係にもともとそれ自体がモノ・コトとして実在している、仏教で言う（因や縁によって生じる）「仮有」（「空」）ではない）を説く。これが「六派哲学」で、ちなみにその概要を記せば、

（1）ヴェーダーンタ学派

ヒンドゥー教の聖典「ヴェーダ」と、その内容を思想化した「ウパニシャッド」を研究する、インド哲学の主流学派。開祖はヴァーダラーヤナ（Bādarāyaṇa）で、根本経典は彼の『ブラフマ・スートラ（Brahma-sūtra）（ヴェーダーンタ・スートラ（Vedānta-sūtra））』。八世紀にブラフマン（brahman）とアートマン（ātman）による不二一元論を説いた学匠シャンカラ（Śaṅkara）が著名。

（2）ミーマーンサー（Mīmāṃsā）学派

「ヴェーダ」に基づく祭祀にかかわることを研究する。開祖はジャイミニ（Jaimini）で、根本経典は彼の『ミーマーンサー・スートラ（Mīmāṃsā-sūtra）』。バルトリハリ（Bhartṛ-hari）のスポータ（sphoṭa）説（声顕論、声常住論）が有名。

（3）ヴァイシェーシカ（Vaiśeṣika）学派

自然界や普遍的な実在を「実体（dravya）」や「属性（guṇa）」や「運動（karma）」ほかのカテゴリーで説く実在論思想。開祖はカナーダ（Kaṇāda）で、彼の『ヴァイシェーシカ・スートラ（Vaiśeṣika-sūtra）』が根本経典。『ヴァイシェーシカ・スートラ』は玄奘によって漢訳され『勝宗十句義論』とし仏教僧にも研究された。プラシャスタパーダ（Praśasta-pāda）の『パダ・アルタ・サングラハ（Pada-artha-saṃgraha）』が有名。

（4）ニヤーヤ（Nyāya）学派

インド論理学の代表。解脱に向っての論理・論証・知識論を研究する。開祖はガウタマ（Gautama）。根本経典は彼の『ニヤーヤ・スートラ（Nyāya-sūtra）』。ヴァーツヤーヤナ（Vātsyāyana）の『ニヤーヤ・バーシュヤ（Nyāyā-bhāṣya）』や、ウッドヨータカラ（Uddyota-kara）の『ニヤーヤ・ヴァールッティカ（Nyāya-vārttika）』が有名。

（5）サーンクヤ（sāṃkhya）学派

インドを代表する因中有果論。宇宙原理とも言うべき「プルシャ（puruṣa）」（真我・神我、純粋精神、精神原理）と物質原理とも言うべき「プラクリティ（prakṛti）」（個我、根本原質）による二元論的な

実在論。開祖はカピラ（Kapila）。根本経典はイーシュヴァラ・クリシュナ（Īśvara-kṛṣṇa）の『サーンクヤ・カーリカー（Sāṃkhya-kārikā）』。その註釈が漢訳され『金七十論』（真諦訳）と言われる。

（6）ヨーガ（Yoga）学派

ヨーガの実践により解脱をめざし、ヨーガの行の理論や瞑想の境地とサーンクヤ思想や仏教思想とのかかわりを研究する。開祖はパタンジャリ（Patañjali）とされ、根本経典は『ヨーガ・スートラ（Yoga-sūtra）』。この場合のパタンジャリは実在したか不明。サンスクリット文法学者として著名なパタンジャリは別人。『ヨーガ・スートラ（Yoga-sūtra）』の成立年代について四世紀説など古来諸説あるが、仏教の唯識思想と共通の術語や唯識思想を批判したとみられる偈文があることから、唯識派たとえば世親のまもなくあとの時代として五世紀を言う説もある。

『ヨーガ・スートラ』は、ヨーガの行法やその過程で行者の意識の表層や深層に出退する心理作用や、行の段階で到達する境地や、それらの思想的な背景となるサーンクヤの思想や仏教的な思想などを説き、「八支のヨーガ（aṣṭa-aṅga-yoga）」（「ヤマ（yama、禁戒）」「ニヤマ（niyama、勧戒）」「アーサナ（āsana、坐法）」「プラーナーヤーマ（prāṇāyāma、調息）」「プラティヤーハーラ（pratyāhāra、制感）」「ダーラナー（dhāraṇā、凝念）」「ドゥヤーナ（dhyāna、禅定）」「サマーディ（samādhi、三昧）」の結果、サンーンクヤ思想で言う「純粋精神」（プルシャ、真我、puruṣa、真実の自己）があらゆる物質的・精神的実在から離れ「独存（カイヴァルヤ、kaivalya）」の状態になることを説く。

インド学の伝統によれば、『ヨーガ・スートラ』の「八支のヨーガ」（四～五世紀）を古典ヨーガと言い、ヨーガの源流を遡れば、『ヴェーダ』に説かれる森林行者の「苦行（タパス、tapas）」や、印欧系シャーマンの「エクスタシー（恍惚、脱魂、憑依）」に、さらにモヘンジョダロ遺跡から出土した瞑想中の行者のようなレリーフのあるイコン、すなわちインダス文明にまで達し、有名な宗教的・哲学的・神話的叙事詩『マハーバーラタ（Mahā-bhārata）』（四世紀頃までに成立）の一部である『バガヴァッド・ギーター』では、神々への絶対帰依による「バクティ・ヨーガ（bhakti-yoga）」をはじめ「ジュニャーナ・ヨーガ（jñāna-yoga）」（哲学的な思弁思索によるヨーガ）や「カルマ・ヨーガ（karma-yoga）」（宗教的な実践によるヨーガ）や「ラージャ・ヨーガ」（「八支のヨーガに近いヨーガ」）が説かれ、非バラモン系の森林の行者のなかから釈尊が出て、その瞑想法が部派仏教によって「止観行」に体系化され、大乗の唯識派は「止（śamatha）」と「観（vipaśyanā）」の「双運」を「瑜伽行」（『解深密経』分別瑜伽品）とし、中国禅はこれを敷衍して「打坐」「公案」にし、天台智顗は「小止観」「摩訶止観」とし、密教はそれを行者の「三密」（身・口・意）と仏の「三密」の一体化させ「三密瑜伽」とした。『ヨーガ・スートラ』のあとを訪ねれば、タントラ化して「シャクティ（śakti）」とも「プラーナ（prāṇa）」とも言われる生命エネルギー「クンダリニー（kuṇḍalinī）」（仏教で言う「軍荼利」）を説く「ハタ・ヨーガ（haṭha-yoga）」が主流となり、今もヒンドゥー教の聖地リシュケーシュを中心に行われている。

使用したテキストは、『Pātañjala Yoga-darśanam』（Śrī Rāmaśaṅkara Bhaṭṭācārya、１９６３、ベナレス）所収の「Pātañjala Yoga-sūtram」で、ヴヤーサ（Vyāsa）の『註（バーシュヤ、Bhāṣya）』とヴァーチャスパティ・ミシュラ（Vācaspati-Miśra）の『復註（ティーカー、Ṭīkā）』とが付いているエディションである。念のため、下記のハウエル博士（J.W.Hauer）とミシュラ博士（Rammurti S. Mishra,M.D ）の著に所収の原文とも照合した。

和訳にあたって、参考訳としてウッズ博士（James Haughton Woods）の英語訳、佐保田鶴治博士の日本語訳、スワミ・サッチダーナンダ博士（Svāmi-Satyānanda）の英語訳からの日本語訳（伊藤久子訳）に、ウェブサイト「シュリーチャクラ Śrīcakra」のものを付した。なお、ハウエル博士のドイツ語訳は、私のパソコンのフォントがドイツ語に対応していないので省略した。

私の和訳はできるかぎり原文に忠実に直訳をした。日本語としてはぎこちないかも知れないが、そこは「※註」でできるだけ補っておいた。直訳の方が後学の士や初学者に参考になると思ったのである。

■参考文献

１、『YOGA　Immortality and Freedom』（Mircea Eriade、英語版）

２、『ヨーガ』（ミルチャ・エリアーデ、上記の日本語版、立川武蔵訳）

３、『THE YOGA-SYSTEM OF PATAJALI』（James Haughton Woods）
ウッズ博士：１８６４～１９３５。オックスフォード・ケンブリッジ、ハーバード、ストラスブール、ベルリンの各大学に学び、ドイツでインド学の巨匠パウル・ドイセンに師事してインド哲学を学ぶ。仏教や東アジアの宗教・思想にも造詣が深く、日本にも来ている。ハーバード大学教授。
この本は、『ヨーガ・スートラ』を勉強するのに不可欠で、しかも信頼性の高い解説書である。私は修士論文を書くのに大変お世話になった。その当時は、ウッズ博士の原文英訳をさすがと思ったものだが、今回久しぶりに参照してみると、英語がサンスクリットの術語や概念の翻訳にかならずしも適さないと思うことたびたびで、和訳の方が正確にまた微妙な表現ができると確信した。

４、『THE TEXTBOOK OF YOGA PSYCHOLOY』（Rammurti S. Mishra,M.D. ）
ミシュラ博士：１９２３～？　インドで医学を学び、１９５５年インドを離れニューヨークで西洋医学を学び、アメリカとカナダで医師として病院に勤務。１９５８年にニューヨーク・ヨーガ協会、１９６４年にアーナンダ・アーシュラムを設立し、ヨーガの指導と普及に尽くす。シュリー・ブラフマンダ・サラスヴァティーという称号をもつ。英語がサンスクリット原典の翻訳に適しているかという意味で、この本の英訳語にもしばしば疑問がある。

５、『Der Yoga　EIN INDISCHER WEG ZUM SELBST』（J.W.Hauer）
ハウエル博士：１８８１～１９６２。ドイツにおけるヨーガ研究の先駆者。１９０７～１９１１、インドで宣教師をつとめつつインドの宗教を研究。その後オックスフォード大学とチュービンゲン大学で宗教学とサンスクリットを学ぶ。ヒンドゥー教への共感と共に民族主義的なフェルキッシュ運動に共感し、「ドイツ信仰運動」を主宰してナチスに近づく。この本にも、修士論文の際に大変お世話になった。このたび久方ぶりに偈文ごとに参照をしたが、英語訳と同様ドイツ語の訳語にもしばしば？を感じた。

６、『宗教神秘主義　ヨーガの思想と心理』（岸本英夫）
岸本博士：１９０３～１９６４。東京大学宗教学科卒。日本における『ヨーガ・スートラ』研究の先駆者で、ハーバード大学に留学ののち『ヨーガ・スートラ』の研究で学位を取得。１９４７年、東京大学教授。宗教学。奥様は、日本における近代仏教学の草分けで文人の姉崎正治の長女。この本も修士論文の際に脇に置いたが、博士には失礼ながら和訳の際の参考にはならなかった。

７、『解説 ヨーガ・スートラ』『ヨーガ根本教典』（佐保田鶴治）
佐保田博士：１８９９～１９８６。１９２２、京都大学哲学科卒業。１９５４年、大阪大学教授。１９６２年の大阪大学定年退官を前に、インド人からヨーガを教えられる。１９７３年、京都市にヨーガ・アーシュラム（現、日本ヨーガ禅道院）を設立。日本におけるヨーガ研究と指導の先駆者。
本書は『ヨーガ・スートラ』を勉強する際には不可欠の参考書であるが、上記のウッズ・ハウエル両博士に負うところあり、意訳の多い和訳にはインド人の学匠のものに似たところがある。

８、『ヨガと超心理　ヨガ・超心理・鍼灸医学』（本山　博）
本山博博士：１９２５～２０１５。ヨーガの瞑想体験における超心理とその科学的研究の先駆者。『ヨーガ・スートラ』は言うに及ばず、後期ヨーガ（＝ハタ・ヨーガ）の瞑想法とチャクラなどを通る「シャクティ」の科学的研究で海外でも活躍。１９５６年、東京文理科大学（現、筑波大学）大学院ＤＣ卒業。１９６０年、宗教心理学研究所設立・所長。１９６２年、文学博士（東京文理科大学）１９６３年、インド・ラジャスタン大学でヨーガの瞑想法を電気生理学的方法で研究。１９７２年、国際宗教・超心理学会創立・会長。１９９２年、カリフォルニア人間科学大学院大学設立・学長。１９９４年、本山人間科学大学院日本センター設立・学長。玉光神社（三鷹市）名誉宮司。

9、『インテグラル・ヨーガ　パタンジャリのヨーガ・スートラ』（スワミ・サッチダーナンダ著、伊藤久子訳）
この本の「まえがき」で、著者スワミ・サッチダーナンダはスワミ・シヴァーナンダの弟子だという紹介があるので、サッチダーナンダではなくサッティヤーナンダ（あるいはサティヤーナンダ）と表記されるべきではないか。サッティヤーナンダ（１９１４～２００２）は、アメリカをはじめ世界の各地で『ヨーガ・スートラ』のヨーガやハタ・ヨーガを教え広めた学匠である。

10、ヨーガ塾「シュリーチャクラ Śrīcakra」ウェブサイト
おそらく主宰者の方がサンスクリット原文和訳をしていると思われるが、ヴヤーサの『バーシュヤ』のほかインドの著名な学匠の解釈が各種紹介されていて、ほとんどが英文からの翻訳のようであるが、ウェブ上のものとしてはかなり専門的な『ヨーガ・スートラ』原文和訳と解説である。

■本文和訳

第１章　サマーディ（三昧）の章（samādhi-pāda）

Ｉ－　１　atha yoga-anuśāsanam /

（私訳）然らば、（以下）ヨーガの講説である。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Now the exposition of yoga【to be made】.
（『解説 ヨーガ・スートラ』（以下、佐保田訳）これよりヨーガの解説をしよう。
（『インテグラル・ヨーガ』（以下、インテ訳））これよりヨーガを詳細に説く。
（ヨーガ塾「シュリーチャクラ」（以下、シュリー訳））　それでは、今からヨーガの権威ある教えを説こう。

※註２：諸註釈によれば、「atha」（「然らば」「これより」「それでは」）は、ヨーガの伝統では『ヨーガ・スートラ』の「八支のヨーガ」（のちに「ラージャ・ヨーガ」とも言われる）の前に、カルマ・ヨーガやバクティ・ヨーガによって自分のカルマ（業）が浄化されあるいは心が統御されている状態にあることが前提となっているので、その前提に立っての「然らば」「これより」「それでは」である、と。

※註３：「anuśāsana」（講説）に、「教説」「解説」「完全な教え」「権威ある教え」「研究」といった訳語があるが、私は『ヨーガ・スートラ』の内容から「講説」とした。「スートラ」は「教典」「経典」で「解説」本ではないので「exposition」「解説」「説く」という訳はどうか。
「anuśāsana」（講説）に、「adhyāyana」（（聖典・教えの）読誦）・「bodhana」（覚醒・理解）・「ācaraṇa」（実修）・「pracāra」（明示・適用）の四段階があると言う（インド人学匠の註釈）。

Ｉ－　２　yogaś citta-vṛtti-nirodhaḥ /

（私訳）ヨーガとは、心のはたらきを制止することである。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Yoga is the restriction of the fluctuations of mind-stuff.
（佐保田訳）ヨーガとは心のはたらきを抑滅することである。
（インテ訳）心の作用を止滅することが、ヨーガである。
（シュリー訳）ヨーガとは、心の動きを止滅させることである。

※註２：「citta」（心）は、「cit」（宇宙の唯一の純粋意識）が個人に現われた限定的な意識。宇宙意識としての「cit」は、時空を越えていて、いかなる区別もなく至るところにおいて同一であるが、「citta」は現在の活動、過去の記憶、未来の期待などを包含する個人的意識。私たちの精神作用は常に「citta」の枠内にあり、枠外に出るのには個人意識を宇宙意識に融合させること（インド人学匠の講釈）。

※註３：「vṛtti」（はたらき）は、活動・作用・生起・機能・過程などの意味で、私は「（心の）はたらき」と和訳したが、エリアーデは「（心の）諸状態」とする（『ヨーガ』（立川武蔵訳））。もとをただすと、「√vṛt」に「転がる」「回転する」「丸くする」、「vṛtta」に「円」「輪」「環」の意味があり、「vṛtti」にも「転」があり、すなわち水の波紋が円を描いて広がるように「円形を成す」という意味が想定される。湖が「citta」、さざ波が「vṛtti」（一部、インド人学匠の講釈）。

具体的には知覚作用・（潜在意識も含めた）心理作用、脳の働き、ヨーガ思想（＝サーンクヤ思想）で言えば宇宙意識に対する個人意識のこと。

※註４：「nirodha」（制止）は、よく「止滅」「抑滅」という訳語が充てられるが、私は「制止」とした。「制止」の「制」は「制御」「統御」「調御」「ブロック」、「止」は「静止」「集中」「一点集中」「合一」「一体」という意味である。「nirodha」は、心のはたらきを「止める」ことであって心のはたらきが「消滅」するわけではない。「無念無想」というのも、「想念」（意識の表層に現われた心のはたらき）の動きが止まっていることで消えてなくなったわけではない。サーンクヤ思想で言えばプラクリティのグナの転変（展開）が止って均衡状態にあることである。ヨーガ思想は実在論で、心作用の「抑滅」「止滅」（＝「無」）を言うのはいかがか。仏教の「止観」の「止」も心のはたらきが消滅する「無」ではなく、意識がある対象に一点集中（制止）すること（心一境性）である。

Ⅰ－　３　tadā draṣṭuḥ svarūpe ’vasthānam /

（私訳）その時（心のはたらきが制止された時）、見る者（プルシャ）にとって本来のかたち（見ているだけという本態）にとどまる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Then the Seer［that is,the Self,］abides in himself.

（佐保田訳）心のはたらきが抑滅された時には、純粋観照者たる真我は自己本来の態にとどまることになる。

（インテ訳）そのとき、見る者【真我】は、それ本来の状態にとどまる。

（シュリー訳）そのとき、観る者は自己の本性に安住する。

※註２：「draṣṭṛ」（見る者）は、サーンクヤ思想で言う「プルシャ（puruṣa）」（純粋精神、精神原理、真我、神我、観照者）で、物質原理（根本原理、被観照者）の「プラクリティ（prakṛti）」と対置され、プルシャはプラクリティと全く離れた純粋精神でただプラクリティを「見ているだけ」「観察するだけ」の観照者。プルシャがプラクリティを観照すると、プラクリティ（のグナ）が転変（展開）して現象世界が顕われる。プルシャはその現象世界を観照するだけで、それを「svarūpa」（自身自体、それ自身、自己の形色、本態、本性）と言う。

※註３：私たちは、心のはたらきをすべて制止し心が絶対的に静穏になった時、はじめて「真実の自己」がわかる。それをパタンジャリは、「個人が本性にある」と言わずに「見る者がその本性にある」と言う。私たちの心のはたらきが完全に制止されると、「自己の本性」という意識もなくなるためで、サーンクヤ思想で言う「プルシャ（puruṣa）」（「見る者」）の状態で「その本性を眺めているだけ」である（インド人学匠の註釈より咀嚼）。

※註４：「本来のかたち（svarūpa）」は、『ヨーガ・スートラ』でしばしば登場する術語で、仏教の唯識で言う「（sva）lakṣaṇa（自相、特相）」に似ているが、「rūpa」は「色」「姿」「かたち」「形相」「形色」

「表色」で、ここは「プルシャ」の「本来のかたち（＝「ただ見るだけの在り方」）ととった。よく「本性」という和訳語を見るが、「rūpa」は「外観」「特徴」「形態」「容色」などの意味でわかるように目に見えるものを言い、「本性」「本質」のような観念的な意味ではない。なお、仏教で『般若心経』に言われる「五蘊」の「色（rūpa）」や、有部や唯識が言う「五位」の「色法（rūpa）」はさらに術語化され、「かたちあるもの」「視覚的対象としての物質的な現象態」といった意味である。

Ｉ－　４　vṛtti-sārūpyam itaratra /

（私訳）然らずんば（心のはたらきが制止されていない時は）、（プルシャは）心のはたらきと同じかたち（同化した在り方）のものである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）At other times it [the Self] takes the same form as the fluctuations [of mind-stuff].

（佐保田訳）その他の場合にあっては、真我は、心のいろいろなはたらきに同化した姿をとっている。

（インテ訳）その他のときは、【真我は】心のさまざまな変化に同化し形をとっている。

（シュリー訳）その他のときには、（観る者は）心の動きと同一化する。

※註２：私たちは、「真実の自己」を知らない限り、自分の個人意識（「citta」）に現われる心のはたらきと自己とを同化している（インド人学匠の註釈より咀嚼）。

Ｉ－　５　vṛttayaḥ pañcatayyaḥ kliṣṭā-akliṣṭāḥ /

（私訳）心のはたらきは五種類で、煩悩に染められたものと煩悩に染められていないものとがある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The fluctuations are of five kinds and are hindered or unhindered.

（佐保田訳）心のはたらきには五つの種類がある。それらには煩悩性のものと非煩悩性のものとがある。

（インテ訳）心の様態には五種類あり、それらは、苦痛に満ちたもの、あるいは苦痛なきものである。

（シュリー訳）心の活動は５種類で、苦痛を伴うものと苦痛を伴わないものがある。

※註２：「煩悩に染められたもの（kliṣṭa）」は、「煩悩（kleśa）」とともに仏教と共通る語。

Ｉ－　６　pramāṇa-viparyaya-vikalpa-nidrā-smṛtayaḥ /

（私訳）（五種類の心のはたらきは）（事実に基づく）正しい認識（法）、（事実に基づかない）誤った認識、（言葉による）妄想、睡眠、（過去の）記憶である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Source-of-valid-ideas and misconceptions and predicate-relations and sleep and memory.

（佐保田訳）五種類の心のはたらきとは、（１）正知（２）誤謬（３）分別知（４）睡眠（５）記憶である。

（インテ訳）それらは、正知、誤認、ことばによる幻惑、睡眠、記憶である。

（シュリー訳）（５種類の心の活動とは）正しい認識、間違った認識、空想、熟睡、記憶である。

※註２：「正しい認識（法）（pramāṇa）」、「（事実に基づかない）誤った認識（viparyaya）、「（言葉による）

妄想（vikalpa）」、「睡眠（nidrā）」、「記憶（smṛti）」は、仏教の「（思）量」「顛倒」「（妄）分別」「睡眠」「記憶」と共通。

Ｉ－　7　pratyakṣa=anumāna=āgamāḥ pramāṇāni ／

（私訳）直接的な知覚と推考と聖典の教えとが、（事実に基づく）正しい認識（法）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Source-of-valid-ideas are perception and inference and verbal-communication.

（佐保田訳）正知とは、（1）直接経験による知識（2）推理による知識（3）聖教による知識の三種である。

（インテ訳）正知のよりどころは、直接的知覚、推理、および聖典の証言である。

（シュリー訳）直接の知覚、推理、権威ある証言が正しい認識の源泉となる。

※註２：「直接的な知覚（pratyakṣa）」は、ニヤーヤ（因明）で言うところの「現量」、「推考（anumāna）」は「推量」、「聖典の教え（āgamā）」は「聖教量」。

Ｉ－　8　viparyayo mithyā=jñānam atad=rūpa=pratiṣṭhitam ／

（私訳）（事実に基づかない）誤った認識とは、それ（認識対象）自体に基づかない偽りの（認識）知である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Misconception is an erroneous idea(*jñāna*) not based on that form［in respect of which the misconception is entertained］.

（佐保田訳）誤謬とは、対象の実態に基づいていない不正な知識のことである。

（インテ訳）誤謬は、あるものに対する知識がその実態に基づいていないときに起る。

（シュリー訳）間違った認識とは、事実とは一致しない偽わりの認識である。

※註２：「（事実に基づかない）誤った認識（viparyaya）」は、ニヤーヤ（因明）では「顛倒」。

Ｉ－　9　śabda=jñāna=anupātī vastu=śūnyo vikalpaḥ ／

（私訳）言葉による知に伴いながら、（その）内容（実体）がないことが、（言葉による）妄想である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The predicate-relation(*vikalpa*) is without any［corresponding perceptible］object and follows as a result of perceptions or of words .

（佐保田訳）分別知とは、言葉の上だけの知識に基づいていて、客観的対象を欠く判断のことである。

（インテ訳）【基礎となる】実体がなく、単にことばだけを聞いて生ずる心象は、ことばによる幻惑である。

（シュリー訳）実体のない、言葉による認識が空想である。

※註２：「（言葉による）妄想（vikalpa）」は、仏教では「（妄）分別」。

Ｉ－１０　abhāva-pratyaya-ālambanā-vṛttir nidrā /

（私訳）想念が存在しないのを縁り所とする心のはたらきが、睡眠である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Sleep is a fluctuation［of mind-stuff］supported by the cause(*pratyaya*,that is *tamas*) of the［transient］negation［of the waking and the dreaming fluctuations］.

（佐保田訳）睡眠とは、「空無」の想念をよりどころとして生じた、心のはたらきのことである。

（インテ訳）無であると認知することによって維持されている心の様態が、睡眠である。

（シュリー訳）内容不在の、闇質の心の活動が熟睡である。

※註２：この「睡眠（nidrā）」は、原語からして普通に言う「眠り」や「睡眠」の意味で、仏教の有部や唯識が言う「不定法」の「睡眠（すいめん、middha）」（「遅鈍」「怠惰」「睡眠」）でもなく、有部が言う「煩悩」と同義の「九十八随眠（ずいめん）」の「随眠（ずいめん、anuśaya）」ともちがう。

Ｉ－１１　anubhūta-viṣaya-asampramoṣaḥ smṛtiḥ /

（私訳）経験された対象を忘れないことが、記憶である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Memory(*smṛti*) is not-adding-surreptitiously(*asampramoṣa*) to a once experienced object.

（佐保田訳）記憶とは、かつて経験した対境が失われていないことである。

（インテ訳）かつて経験し今も忘れられていない事柄に対する心の作用が意識に戻って来るとき、それが記憶である。

（シュリー訳）経験した認識対象を忘れない（心の活動が）記憶である。

※註２：「記憶（smṛti）」は、仏教の経量部などや唯識で「種子（bīja）」や「アーラヤ識（ālaya-vijñāna）」（蔵識）に、また「熏習（vāsanā（習気）」や「業（カルマ、karma）」の問題にかかわる。

Ｉ－１２　abhyāsa-vairāgyābhyāṃ tan-nirodhaḥ /

（私訳）（内的な）修習と（外界への）離欲によって、それ（心のはたらき）の制止がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The restriction of them is by［means of］practice and passionlessness.

（佐保田訳）心のさまざまなはたらきを抑滅するには、修習と離欲という二つの方法を必要とする。

（インテ訳）これらの心の作用は、修習と無執着（離欲）によって止滅される。

（シュリー訳）それら（５種類の心の活動）の止滅は、継続的実践と欲望の放棄によって（実現する）。

※註２：「abhyāsa」（「（内的な）修習」）は、意識集中をくり返し、熟達するまで反復修練する行。

Ｉ－１３　tatra sthitau yatno’bhyāsaḥ /

（私訳）そのうち、（制止の状態に）止まった状態への（くり返しの）努力が、（内的な）修習である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Practice(abyāsa) is［repeated］exertion to the end that［the mind-stuff］shall have permanence in the［restricted state］.

（佐保田訳）この二つの抑滅法のうち、修習とは、心のはたらきの静止をめざす努力のことである。

（インテ訳）これら二者のうち、心に不動の状態をもたらそうとする努力が、修習である。

（シュリー訳）それらの中で、（心の活動を止滅させる）堅固な持続的努力が継続的実践である。

Ｉ－１４　sa tu dīrgha=kāla=nairantarya=satkāra=āsevito dṛḍha=bhūmiḥ /

（私訳）それ（（内的な）修習）は、長い時間、不断に、優先して実修されるなら、堅固な行地となる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）But this［practce］becomes confirmed when it has been cultivated for a long time and uninterruptedly and with earnest attention.

（佐保田訳）この修行を長い間、休むことなく、厳格に実践するならば、堅固な基礎ができあがるであろう。

（インテ訳）修習は、長い間、休みなく、大いなる真剣さをもって励まれるならば、堅固な基礎を持つものとなる。

（シュリー訳）それ（継続的実践）は、長い期間、中断なく、信念を持って熱心に実践されるとき、（心の止滅の）不動の基盤となる。

※註２：「bhūmi」は「基礎」「基盤」でいいか？ 仏教では「十地」「菩薩地」の「地」で、すなわち「行地」（境地、行の段階・行のレベル）のこと。私は「修習」の説明なので「行地」とした。

Ｉ－１５　dṛṣṭa=anuśravika=viṣaya=vitṛṣṇasya vaśīkāra=saṃjñā vairāgyam /

（私訳）見たり伝え聞いた対象に対して無欲になる制御の（自覚的）意識が、離欲である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Passionlessness is the consciousness of being master on the part of one who has rid himself of thirst for either seen or revealed objects.

（佐保田訳）離欲とは、現に見、或いは伝え聞いたすべての対象に対して無欲になった人のいだく、克服者たる自覚である。

（インテ訳）見たり聞いたりした対象への切望から自由である人の、克己の意識が無執着（離欲）である。

（シュリー訳）見聞きする対象への欲望から自由になるとき、その制御の意識が欲望の放棄である。

Ｉ－１６　tat=paraṃ puruṣa=khyāter guṇa=vaitṛṣṇyam /

（私訳）その（離欲の）最上のものが、プルシャ（見る者、真我としての自己）を知覚することによって、（プラクリティの三つの）グナ（から生じる欲望）から離欲することである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）This［passionlessness］is highest when discernment of the Self results in thirstlessness for qualities［and not merely for objects］.

（佐保田訳）離欲の最高のものは、真我についての真智を得た人が抱くもので、三徳そのものに対する離欲である。

（インテ訳）プルシャ【真我の自己】を実現することによって、グナ【自然の構成要素＝静謐・活動・惰性】に対してさえ渇望が失せてしまったなら、それが至上の無執着である。

（シュリー訳）純粋精神を認識し、（根本原質の） 構成要素への執着から完全に自由になるとき、至高の 欲望の放棄に到達する。

※註２：プラクリティは、「サットヴァ（sattva、純質）」・「ラジャス（rajas、激質）」・「タマス（tamas、闇質）」という三つの構成要素（「（トリ）グナ（guṇa、徳、特質）」）からなる。グナは平衡状態にあって変化しないが、プルシャの観照（観察）によって平衡が破れると、プラクリティから様々な原理が転変（展開）する。

まず、「ブッディ（buddhi、覚）」と「マハット（mahat、大）」が展開し、そこから「アハンカーラ（ahaṃkāra、我執、自我意識）」が展開する。さらに、アハンカーラのグナの内「ラジャス」の活動により、「マナス（manas、意・思考器官）」・「五知根（jñāna=indriya、眼・耳・鼻・舌・皮膚）」・「五作根（karma=indriya、発声器官・把握器官・歩行器官・排泄器官・生殖器官）」・「五唯（pañca=tanmātra、声・触・色・味・香）」が展開し、この「五唯」から「五大（pañca=mahābhūta、地・水・火・風・空）」が生じる。プルシャはこの展開を見ているだけ（見る者）で、このプルシャを知覚すること（純粋精神・精神原理との融合）によって、ヨーガ行者はグナの束縛から離れて自由になり、究極的な自由の状態（kaivalya、独存・解脱）になる。

Ｉ－１７　vitarka=vicāra=ānanda=asmitā=rūpa=anugamāt saṃprajñātaḥ /

（私訳）推考（尋）、熟考（伺）、歓喜（楽）、我執の形色（我想）が伴うから、（対象が）認識されるもの（認識対象への意識が伴う集中状態、サンプラジュニャータ、有想）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）［Concentration becomes］conscious［of the object］by assuming forms either of deliberation［upon coarse objects］or of reflection［upon subtile objects］or of joy or of the sense-of-personality.

（佐保田訳）三昧のうちで、尋、伺、楽、我想などの意識を伴っているものは有想とよばれる。

（インテ訳）サムプラジュニャータ・サマーディ【識別ある三昧】には、思慮・洞察・歓喜、および純粋な自己意識が伴う。

（シュリー訳）高度な認識（が伴う三昧）は、推理、識別、至福、自我意識で構成される。

※註２：「推考（vitarka、尋）」・「熟考（vicāra、伺）」・「歓喜（ānanda、喜）」は、仏教で言う「四禅」の初禅と共通。は、

「尋（vitarka）」は、仏教で言う「五禅支」の最初の「尋」。心が認識対象に集中し尋求・推考のかたちではたらきかけていること。心の集中がまだ麁（粗）であること。「伺（vicāra）」も、「五禅支」の二番目の「伺」。心が認識対象を自分にとってどういうものかを熟慮・思考し評価・判断すること。心の集中が細であること。この二つは有部や唯識で言う「不定法」にも。

※註３：この「サンプラジュニャータ（saṃprajñāta、有想）」を、「サンプラジュニャータ・サマーディ」（「有想三昧」）とする和訳や註釈があるが、偈文には「サマーディ」という語はない。

Ⅰ－１８　virāma=pratyaya=abhyāsa=pūrvaḥ saṃskāra=śeṣo ’nyaḥ /

（私訳）想念を停止する（内的な）修習を先として、（あとに）残存印象（サンスカーラ）だけが残っているのが、もう一つ（アサンプラジュニャータ、無想）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The other［concentration which is not conscious of objects］consists of subliminal-impressions only［after objects have merged］,and follows upon that practice which effects the cessation［of fluctuations］.

（佐保田訳）もうひとつの三昧は、心理的なうごきを止める想念を修習することによって得られ、行が残っているだけの境地である。

（インテ訳）心の動きの完全停止が確固不抜に修められることによって、後に残るのは印象（サンスカーラ）のみとなる。これがいま一つのサマーディ（アサンプラジュニャータ・サマーディ、識別なき三昧）である。

（シュリー訳）もう一つ（の三昧）は、先行する継続的実践によって生じる心の消滅で、潜在印象のみが残存する。

※註２：前文の「有想」に対して「無想」。「推考（vitarka、尋）」・「熟考（vicāra、伺）」・「歓喜（ānanda、喜）」・「我執の形色（asmitā=rūpa、我想）」が次々に消滅し、それらの残存印象（影像・幻影、サンスカーラ）しか残らない意識状態。識別の対象となる想念（pratyaya）がみな停止した無想の状態。

※註３：「残存印象（サンスカーラ、saṃskāra）」は、知覚や感情や思考などによって潜在意識のなかに残った痛いとか怒りとか特定の考え方などの残存印象。仏教で言う「行」（行為を起そうとする意志作用。「業（カルマ、karma）に残っている潜在意識）。

※この「アサンプラジュニャータ（asaṃprajñāta）」の無想の状態も、偈文に「サマーディ」という語はないが、「アサンプラジュニャータ・サマーディ」（無想三昧）という意味か。

Ⅰ－１９　bhava=pratyayo videha=prakṛti=layānām /

（私訳）（ただし）肉体を離れた者やプラクリティに没入している人には、（無想の状態にあっても再び生死の世界に戻って）存在することの想念が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）［Concentration not conscious of objects］caused by worldly［means］is the one to which the discarnate attain and to which those［whose bodies］are resolved into primary-matter attain.

（佐保田訳）離身者たちと自性に没入したひとたちには、存在の想念を含むところの以て非なる無想三昧がある。

（インテ訳）単に物質的身体を去って天界の神格たる状態に至った者、あるいは自然（プラクリティ）に没入した者には、再生がある。

（シュリー訳）肉体を離脱したヨーギ（神霊）たちや根本原質に没入したヨーギたちの（無想三昧は）、（精妙な無知が残存するため）再誕生の原因となる。

※注２：この偈文は解釈がむずかしい。種々の参考書から、「videha」は「肉身を離れた者」「離身者」＝幽体の状態になった行者。ただしかし、「五大（パンチャ・ブータ）」や「十一根（インドリヤ）のどれかをプルシャだと錯覚し、死後それに没入していること。「prakṛti=laya」は、「五唯（パンチャ・タンマートラ）」や「我慢（アハンカーラ）」や「大（マハット）」などプラクリティの展開のいずれ

かをプルシャだと錯覚し、それに没入していること。

※注３：「bhava」には「存在」「再生」「再誕生」といった和訳が見られるが、私は『理趣経』百字偈の「bhava」（生死、有）を想起した。すなわち「生死をくり返す輪廻の世界に存在すること」。この種のヨーガ行者は、一時的に「無想」の状態（解脱の境地）になるものの、「生死をくり返す輪廻の世界に存在すること」の想念が生じるという意味。あるインド人学匠の註釈にはこの状態を「有種子三昧」と「無種子三昧」の中間の状態と言い、この種のヨーガ行者は「無種子三昧」への到達に失敗する、と言う。

Ｉ－２０　śraddhā=vīrya=smṛti=samādhi=prajñā=pūrvaka itareṣām /

（私訳）その他の人（ヨーガ行者）たちにとって（無想の状態）は、信仰・精進努力・記憶・三昧・洞察に基づくべきである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）［Concentration not conscious of objects,］which follows upon belief［and］energy［and］mindfulness［and］concentration［and］insight, is that to which the others［the yogins］attain.

（佐保田訳）その他の人々、つまりヨーガ行者たちの無想三昧は堅信、努力、念想、三昧、真智等を手段として得られるものである。

（インテ訳）その他の者は、信念、活力、記憶、観想、洞察を通して、このアサムプラジュニャータ・サマーディ（識別なき三昧）を得ることができる。

（シュリー訳）他のヨーギたちは、真の信仰、不屈の努力、瞑想対象の記憶、（有想）三昧で得た高度な知識によって（無想三昧は実現する）。

※註２：「samādhi」を「三昧」と訳したが、「瞑想」といったニュアンスで、「八支」の最後の「三昧」のことではない。

※註３：「洞察」と和訳した「prajñā」は、仏教では「智」「（サトリの）智慧」などと訳される術語であるが、ここは「直観智」といったニュアンスで「洞察」とした。

Ｉ－２１　tīvra=saṃvegānām āsannaḥ /

（私訳）（輪廻世界からの解脱の）強い欲求を持つ人たちにとって（無想の状態は）間近い。

※註１：参考訳

（Woods 訳）For the keenly intense,［concentration］is near/

（佐保田訳）解脱を求める強い熱情をもつ行者たちには、無想三昧の成功はまぢかい。

（インテ訳）強い熱情をもって修練する者には、これ【アサムプラジュニャータ・サマーディ】は非常にすみやかに訪れる。

（シュリー訳）強い熱意で精力的に修行する者には、（無想三昧の）実現が極めて早い。

※注２：「saṃvega」を参考和訳は「熱情」「熱意」としているが、「saṃvega」の原意に積極的な意味での「熱情」「熱意」はなく、むしろ「厭離（心）」「遠離（心）」「怖異心」の意味が強い。ただ、ある参考書の註釈によれば、この語はヨーガの専門用語で、「献身的な実践における崇拝の感情を伴う性質」を意味し実践者を前方に駆り立てる、という意味だ、と。また、ある参考書によると、解脱への欲求である、と。

Ｉ－２２　mṛdu-madhya-adhimātratvāt tato ’pi viśeṣaḥ /

（私訳）そこ（強い欲求）からも、弱い・中くらい・強い（の程度）により、（無想状態が間近いことに時間的な）差異がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Because［this keenness］is gentle or moderate or keen, there is a［concentration］superior(*viśeṣa*)　even to this［near kind］.

（佐保田訳）強い熱情という中にも、温和、中位、破格の三つの程度があり、それに応じて、三昧の成功のまぢかさに差異がある。

（インテ訳）成功のために要する時間は、さらに、その修練が穏和であるか、中位であるか、非常に激しいかによって、異なる。

（シュリー訳）（強い熱意と精力には）温和と中庸と熱烈とがあり、（無想三昧実現の時間的）早さにもまた差異がある。

Ｉ－２３　īśvara-praṇidhānād vā /

（私訳）あるいは、神への祈念からもまた（無想状態は可能である）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Or　［concentration］is attained by devotion to the Īśvara.

（佐保田訳）あるいは、自在神に対する祈念によっても無想三昧の成功に近づくことができる。

（インテ訳）もしくは、神【イーシュヴァラ】への完全な帰依によっても【サマーディは達成される】。

（シュリー訳）あるいは至高神への完全な帰依によって（も無想三昧は実現する）。

※注２：「īśvara-praṇidhāna」はすなわち、『バガヴァッド・ギーター』などに説かれる「バクティ bhakti」信仰で神（とくにシヴァ神やヴィシュヌ神など）への絶対的・献身的な帰依・信愛。ただし、いわゆる「バクティ・ヨーガ」のことを言っているのではない。

Ｉ－２４　kleśa-karma-vipāka-āśayair aparāmṛṣṭaḥ puruṣa-viśeṣa īśvaraḥ /

（私訳）煩悩や業やその果報（業報）や（業）遺存によって汚されない、至高のプルシャ（純粋精神、真我）が、神である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Untouched by hindrances or karmas or fruition or by latent-deposits the īśvara is a special kind of Self.

（佐保田訳）自在神というのは、特殊の真我であって、煩悩、業、業報、業遺存などによってけがされない真我である。

（インテ訳）イーシュヴァラとは、いかなる苦悩、行為、行為の結果、欲望の内的印象によって影響されない至上のプルシャ〔真我〕である。

（シュリー訳）至高神とは、苦悩、行為、行為の結果、過去の行為の潜在印象に影響されない、特別な純粋精神である。

※註２：この偈文には仏教的な術語とサーンクヤ思想とが混在している。「煩悩（kleśa）」「業（karma）」「業報（vipāka）」「（業）遺存（āśaya）」は仏教の唯識と共通。それらによって汚されない至高の

「純粋精神（プルシャ）」。

Ｉ－２５　tatra niratiśayaṃ sarva=jña=bījam /

（私訳）そこ（神）には、最上の全知（一切知）の種子がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）In this［īśvara］the germ of the omniscient is at its utmost excellence.

（佐保田訳）自在神には、無上最勝な、一切知の種子がそなわっている。

（インテ訳）イーシュヴァラの中には、全知の種子が完全に顕現している。

（シュリー訳）至高神には、全ての知識の無限の源泉がある。

※註２：「種子（bīja）」は、仏教の唯識と共通語。ここでは神のなかに蔵されている一切知の根源。

Ｉ－２６　sa pūrveṣām api guruḥ kālena=anavacchedāt /

（私訳）彼（神）は、古代の人（グル・尊師）たちにとってもグルである。時間によって制約されないからである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Teacher of the primal［Sages］also, forasmuch as［with Him］there is no limitation by time.

（佐保田訳）自在神は太古のグルたちにとってすらグルなのである。何故かといえば、自在神は時間に制限された方ではないから。

（インテ訳）彼は、時間によって制限されないがゆえに、太古の師たちにとってさえも、師である。

（シュリー訳）至高神は、時間に制限されないため、太古の師たちにとっても師である。

Ｉ－２７　tasya vācakaḥ praṇavaḥ /

（私訳）それ（神）を言い表すものが、聖音（オーム oṃ）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The word-expressing Him is the Mystic-syllable(*praṇava*).

（佐保田訳）この自在神を言葉であらわしたものが、聖音「オーム」である。

（インテ訳）イーシュヴァラをことばで表したものが、神秘音「オーム」である。【「オーム」は、神の名であると同時に、形である】

（シュリー訳）彼（至高神）を表す言葉は、聖音オーム（AUM）である。

※註２；「聖音（praṇava）」は、ヒンドゥー聖典共通の術語で「オーム oṃ」のこと。ヴェーダやウパニシャッドなどの聖典読誦の前後に唱えられる。

Ｉ－２８　taj=japas tad=artha=bhāvanam /

（私訳）それ（聖音）のくり返し誦唱し、その対象を観想することである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Repetition of it and reflection upon its meaning［should be made］.

（佐保田訳）ヨーガ行者は、この聖音を反復誦唱し、そしてこの音が表示する自在神を念唱するがよい。

（インテ訳）意味を熟慮しつつ、それ〔オーム〕を反復誦唱するがよい。

（シュリー訳）それ（聖音オーム）を、その意味を瞑想しながら復唱すべきである。

※註２：「対象」と訳した「artha」は、「オーム oṃ」の「意味」とするのもあるかもしれないが、ここは敬虔な挨拶の対象となる「神を観想する」という意味で「対象」と訳す方がベターかと思う。

Ｉ－２９　tataḥ pratyak=cetanā=adhigamo ’py antarāya=abhāvaś ca /

（私訳）それにより、内なる精神（純粋精神、プルシャ）に到達し、また障礙なきものとなる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Thereafter comes the right-knowledge of him who thinks in an inverse way, and the removal of obstacles.

（佐保田訳）上記の行法を修するならば、内観の力を得、三昧に対する障害をなくすることができる。

（インテ訳）これを修することにより、すべての障害が消え、同時に内なる真我の知が明け初める。

（シュリー訳）その実践により、意識は内奥に向かい、そして（修行過程の）障害も克服される。

※註２：「内なる精神（純粋精神、プルシャ）」と訳した「pratyak=cetanā」の「cetanā」は語根が「cit」（智、精神）で、「cit」をヨーガでは「純粋精神（プルシャ）」と同義に言うことがある。

Ｉ－３０　vyādhi=styāna=saṃśaya=pramāda=ālasya=avirati=bhrānti=darśana=alabdha=bhūmikatva=

anavasthitatvāni citta=vikṣepās te ’ntarāyaḥ /

（私訳）病気・無気力（昏沈）・疑心・無関心（放逸）・怠惰・快楽欲・誤認による見解（邪見）・達せられていない行地にあること・（達した行地に）留まっていられないこと、これらが心の散乱であり（三昧の）障礙である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Sickness and languor and doubt and heedlessness and listlessness and world-lines (*avirati*) and erroneous perception and failure to attain any stage［of concentration］and instability in the state［when attained］－these distractions of the mind-stuff are the obstacles.

（佐保田訳）三昧に対する障害とは、（一）病気（二）無気力（三）疑（四）放逸（五）懶惰（六）執念（七）妄見（八）三昧の境地に入り得ない心理状態（九）三昧の境地に入っても永くとどまり得ない心理状態など、すべて、心の散動状態をいうのである。

（インテ訳）病気、無気力、猜疑、散漫、怠惰、好色、誤認、確固たる境地に至り得ないこと、獲得した境地から滑り落ちること――これらの心の散動が、その障害である。

（シュリー訳）病気、無気力、疑い、散漫、怠惰、快楽への執着、妄見、三昧境への不入、三昧境からの脱落、これらが心の散乱であり、（修行過程の）障害である。

Ｉ－３１　duḥkha=daurmanasya=aṅgam=ejayatva=śvāsa=praśvāsā vikṣepa=sahabhuvaḥ /

（私訳）苦悩・憂鬱・身体の震え・吐く息（あえぎ）と（荒く）吸う息とが、（心の）散乱にともなって生じるものである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Pain and despondency and unsteadiness of the body and inspiration and expiration are the accompaniments of the distractions.

（佐保田訳）苦悩、不満、手足のふるえ、あらいいきづかい等が心の散動状態に伴っておこる。

（インテ訳）心の散動に随伴して起きるものに、苦悩、失意、身体の震え、呼吸の乱れがある。

（シュリー訳）苦悩、落胆、身体の震え、呼吸の乱れが、心の散乱に伴う症状である。

Ｉ－３２　tat=pratiṣedha=artham eka=tattva=abhyāsaḥ /

（私訳）それを防ぐために、一つの実在態への（内的な集中の）修習が（行われるべきで）ある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）To check them［let there be］practice upon a single entity.

（佐保田訳）以上のような散動の心理状態を対治するためには、なにかある一つの原理を対象とする修習が必要である。

（インテ訳）一つの対象に集中して修練を行なう【あるいは、一つの技術を用いる】ことが、障害とその随伴症状を防ぐ最良の方法である。

（シュリー訳）それら（心の散乱と症状）を除くためには、一つの原理への集中を継続すべきである。

※註２：この偈文は、心の散乱を防ぐために一点集中の修習をすべきことを言っているにすぎないが、一点集中の一点を「viṣaya」（対象）ではなく「tattva」と言う。この「tattva」はサーンクヤ思想が言う「（二十五）諦」を思わせるが、諸訳は「原理」「対象」などとしているが、私は「実在態」と訳し、具体的には次の偈文に説かれる「四無量（心）」のことなどを言うととった。

Ｉ－３３　maitrī=karuṇā=muditā=upekṣānāṃ sukha=duḥkha=puṇya=apuṇya=viṣayāṇāṃ bhāvanātaś citta=prasādanaṃ /

（私訳）（他人の）快楽・苦悩・善・不善を対象とした慈しみ（慈）・哀れみ（悲）・喜こび（喜）・無頓着（捨）の修習から、心の静穏がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）By the cultivation of friendliness towards happiness and compassion towards pain and joy towards merit and indifference towards demerit［the yogin should attain］ the undisturbed calm od the mind-stuhh.

（佐保田訳）慈、悲、喜、捨はそれぞれ他人の幸、不幸、善行、悪行を対象とする情操であるが、これらの情操を念想することから、心の静澄が生ずる。

（インテ訳）他の幸福を喜び、不幸を憐れみ、他の有徳を欣び、不徳は捨てる。そうした態度を培うことによって、心は乱れなき静穏を保つ。

（シュリー訳）（他人の）幸福、不幸、美徳、悪徳に対し、それぞれ友愛、同情、喜び、中立の心の態度を育むことにより、心は純化され静穏になる。

※註２：「慈（maitrī）」「悲（karuṇā）」「喜（muditā）」「捨（upekṣā）」は仏教の「四無量（心）」と共通。

「四無量（心）」は、部派仏教上座部が言う止観行の「止」の対象となる「四十業処」の一部。

Ｉ－３４　pracchardana=vidhāraṇābhyāṃ vā prāṇasya /

（私訳）あるいは、呼息（法）や保息（法）によっても（心の静穏がある）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Or［he gains atability］by expulsion and retention of breath.

（佐保田訳）あるいは、気を出す法と、それを止めておく法とによっても、心の静澄が得られる。

（インテ訳）あるいはその静穏は、息の制御された排出、までは保留によっても保たれる。

（シュリー訳）あるいは、呼吸の吐く息と保つ息の制御によっても（心は不動になる）。

※註２：あと（Ⅱ－４９～５２）で説かれる「プラーナーヤーマ（調息）」の予告。

Ｉ－３５　viṣayavatī vā pravṛttir utpannā manasaḥ sthiti=nibandhanī /

（私訳）あるいは、（感覚）対象を伴った（心の）展開が生じても、意（マナス、知覚情報を結合し思考する器官）には（知覚情報の）結合の安定性がある（から、心は静穏になる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Or［he gains stability when］a sense-activity(*pravṛtti*) arises connected with an object［and］bringing the central-organ into a relation of stability.

（佐保田訳）あるいは、いろいろな感覚対境を伴った心の発現が起るならば、それは意（思考、注意の器官）をいや応なく不動にし、心の静澄をきたすものである。

（インテ訳）あるいは、微妙な感覚的知覚に対する集中が、心の不動をもたらす。

（シュリー訳）あるいは、感覚対象の高度な知覚が生じるときにも、心は不動になる。

※註２：諸訳は「意（マナス、manas）」を「citta」と同じく「心」と和訳しているが、いいだろうか。かつ「心の静澄」「心の不動」と言うが、原文には「心の静澄」「心の不動」に相当する原語がない。サーンクヤ思想から言えば、「意（マナス）」は感覚と思考とを結合し統覚する器官で、『ヨーガ・スートラ』が言う「心」と同一ではない。『ヨーガ・スートラ』の作者のパタンジャリは、「心 citta」は「マナス」（思考器官）、「ブッディ」（識別知）、「アハンカーラ」（自我意識）の三つの要素から成ると言う。

※註３：「manasaḥ sthiti=nibandhanī」を、私は「感覚や知覚などを結合し統覚する器官である「マナス」には（感覚や知覚などの）結合の安定性がある（から、心は静穏になる）」という意味にとった。

Ｉ－３６　viśokā vā jyotiṣmatī /

（私訳）あるいはまた、（心が）憂悲なく、（白く光る）光に満ちても（心が静穏になる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Or an undistressed［and］luminous［sense-activity when arisen brings the central-organ into a relation of stability］.

（佐保田訳）あるいは、憂いを離れ、白光を帯びた心の発現が起こるならば、心の静穏が生ずるものである。

（インテ訳）あるいは、永遠の至福に満ちた、内なる光輝に集中することによって。

（シュリー訳）あるいは、悲しみのない、光明（の知覚）によっても（心は不動になる）。
※註２：「プラーナーヤーマ（調息）」によって体験される「心の輝き」（Ⅱ－５２）。ヨーガ行者によく言われる一種の心霊体験。サーンクヤ思想的に言えば、「アハンカーラ（自我意識）」が「サットヴァ」の状態になると現われる現象。

Ⅰ－３７　vīta=rāga=viṣayaṃ vā cittaṃ /

（私訳）あるいは、愛着から離れた者（聖者）を対象とする心も（静穏に保たれる）。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Or the mind-stuff［reaches the stable state］by having as its object［a mind-stuff］freed from passion.
（佐保田訳）あるいは、行者の心が欲情を離れた聖者を対象とする時にも、静澄が生じる。
（インテ訳）あるいは、感覚対象への執着から完全に解放された、聖者の心に集中することによって。
（シュリー訳）あるいは、感覚対象への愛着を超越した人の心（の瞑想によっても）。
※注２：インド人学匠の註釈は「聖者」の心を言う。

Ⅰ－３８　svapna=nidrā=jñāna=ālambanaṃ vā /

（私訳）あるいは、夢や睡眠で知ることを縁り所として（それに集中して）も（心は静穏に保たれる）。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Or［the mind-stuff reaches the stable state］by having as the supporting-object a perception in dream or in sleep.
（佐保田訳）あるいは、夢や熟睡で得た体験を対象とする心もまた静澄をもたらす。
（インテ訳）あるいは、夢や深い眠りの中で得られる体験に集中することによって。
（シュリー訳）あるいは、夢や深い眠りの中で得た知識を瞑想する（ことによっても）。

Ⅰ－３９　yathā=abhimata=dhyānād vā /

（私訳）あるいは、何でも望ましいものへの静慮によっても（心は静穏に保たれる）。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Or［the mind-stuff reaches the stable atate］by contemplation upon any such an object as a desired.
（佐保田訳）あるいは、なんでも自分の好むものを瞑想することからも、心の静澄は生ずる
（インテ訳）あるいは、何でも心を高揚させるようなものを選び、それに瞑想することによって。
（シュリー訳）あるいは、（修行者を）魅了する（いかなる）対象への瞑想によっても。
※注２：「dhyāna」は「瞑想」でいいか。私はあとで説かれる「静慮」（Ⅲ－２）の前出しと考え「静慮」とした。

Ⅰ－４０　parama=aṇu=parama=mahattva=anto ’sya vaśīkāraḥ/

（私訳）最も微細なもの（極小）と最も大きなもの（極大）の辺際が、彼（心が静穏に保たれている行者）の支配（制御）するところである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）His mastery extends from the smallest atom to the greatest magnitude.

（佐保田訳）以上のような仕方で心の静澄に達した行者には、極微から極大に及ぶすべてのことがらに対する支配力が現れる。

（インテ訳）集中における把握力は、根源的原子から最も巨大なものにまで、次第に拡大してゆく。

（シュリー訳）（心の不動性を発展させた）修行者は、極小から極大に及ぶあらゆる瞑想対象に熟達する。

Ｉ－４１　kṣīṇa=vṛtter abhijātasya iva maṇer grahītṛ=grahaṇa=grāhyeṣu tat=stha=tad=añjanatā samāpattiḥ /

（私訳）心の多様なはたらきが停止した人（の静穏な心）には、あたかも清浄な宝珠にとって（種々のものが映っている）の如くに、知覚する者（プルシャ）・知覚すること（知覚器官）・知覚されるもの（知覚対象）（の三つのどれか）にそれ（心のはたらきの停止）がとどまり、それに染まることが合一（サマーパッティ（等持））である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）[The mind-stuff] from which, as from a precious gem, fluctuations have dwindled away, is, with reference either to the knower or to the process-of-knowing or to the object-to-be-known, in the state of resting upon［one］of these［three］and in the state of being tinged by［one］of these［three］, and［thus］is in the balanced-state.

（佐保田訳）かくして心のすべてのはたらきが消え去ったなら、あたかも透明な宝石がそのかたわらの花などの色に染まるように、心は把握者（真我）、把握器官（知覚器官）、把握対象のうちのどれかに心がとどまる時、それに染められる。これが定とよばれるものである。

（インテ訳）本来透明な水晶がかたわらに置かれた物の色や形を呈するように、動き〔作用〕が完全に弱まったヨーギーの心は、澄明・平静となって、知る者と、知られるものと、知との区別のない状態に達する。この瞑想の極点が、サマーディ（三昧）である。

（シュリー訳）定とは、透明な水晶が傍らの対象物の色に染まるように、動きの静まった心が認識する者、認識器官、認識対象（のいずれか）に定まり没入する状態である。

※註２：「合一（サマーパッティ、samāpatti）」を諸訳は「定」と和訳しているが、『ヨーガ・スートラ』では「三昧（サマーディ）」と区別がハッキリせず、ほぼ同義である。仏教では等持・平等・正定・禅定・三昧という意味に使われ、原意（sam=ā=√pad）の「禅定に入ること」「三昧に入ること」に叶っている。

私は、「samāpatti」の「会う」「～になること」「等持」「平等」という意味から、一点集中して認識対象と一体になった（合一した状態、心のはたらきの停止した）状態と解釈し「合一」と和訳した。

註２：「宝珠（maṇi）」の比喩は仏教と共通。

Ｉ－４２　tatra śabda=artha=jñāna=vikalpaiḥ saṃkīrṇā savitarkā samāpattiḥ /

（私訳）そのうち、言葉とその意味とその知識についての分別（知）が入り混じったものが、推考

を伴った合一（サヴィタルカー（有尋）・サマーパッティ（等持））である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Of these［balanced-states］thestate-balanced with deliberation is confused by reason of predicate-relations between words and intended-objects and ideas.

（佐保田訳）定のうちで、言葉と、その示す客体と、それに関する観念とを区別する分別知が混じるものは有尋定とよばれる。

（インテ訳）名称と形態、およびそれらに関する知識が混在しているサマーディが、サヴィタルカ・サマーパッティ、すなわち思慮を伴うサマーディと呼ばれる。

（シュリー訳）その中で、言葉と対象物（の知覚）と認識とが混合した没入状態は、有推理定と呼ばれる。

Ｉ－４３　smṛti=pariśuddhau svarūpa=śūnya=iva=artha=mātra=nirbhāsā nirvitarkā /

（私訳）記憶が完全に浄化され（消滅し）た状態で、自己の形相がなくなった（自己自体・主体がない）かのように、（言葉の）意味（客体）だけが光り輝くことが、推考の伴わない合一（ニルヴィタルカー（無尋）・サマーパッティ（等持））である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When the memory is quite purified,［that balanced-state］－which is, as it were, empty of itself and which brightens［into conscious knowledge］as the intended object and nothing more－is super-deliberative.

（佐保田訳）定の心境がさらに深まると、記憶意識が消えてしまい、心の自体がなくなってしまったかのように、客体だけがひとり現れるのである。これが無尋定である。

（インテ訳）記憶が十分に浄化されると名称と実質の区別がなくなり、集中対象の知のみが輝き出る。これがニルヴィタルカ・サマーディ、すなわち思慮を伴わないサマーディである。

（シュリー訳）記憶が浄化され、あたかも瞑想者の主体意識が消えたかのようになり、瞑想対象のみが輝く境地が無推理定である。

Ｉ－４４　etayā=eva savicārā nirvicārā ca sūkṣma=viṣayā vyākhyātā /

（私訳）これによって、そのように（同じように）、微細なものを対象とする熟慮（伺）を伴うもの（サヴィチャーラー（有伺）・サマーパッティ（等持））と熟慮（伺）を伴わないもの（ニルヴィチャーラー（無伺）・サマーパッティ（等持））が説かれる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）By this same［balanced-state］the reflective and the super-reflective［balanced-states］are explained as having subtile objects.

（佐保田訳）前記の二つの定に準じて、それよりも微妙な対象に関係する有伺定と無伺定は説明される。

（インテ訳）同様にして、精妙な対象について修されるところの、サヴィチャーラ・サマーディ【洞察を伴うサマーディ】とニルヴィチャーラ・サマーディ【超サーマーディ、すなわち洞察を伴わないサマーディ】は説明される。

（シュリー訳）これら（前節の説明）により、さらに精妙な対象への定である有識別定と無識別定も

説明される。

Ｉ－４５　sūkṣma-viṣayatvaṃ ca aliṅga-paryavasānam /

（私訳）微細な対象であることは、また、特質のないこと（グナが均衡状態にあるプラクリティ）を畢竟（究極）とする。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The subtile object likewise terminates in unresoluble-primary-matter(*aliṅga*).

（佐保田訳）微妙な対象というのは、万物の根源である自性に至るまでの形而上学的な諸存在を総括した言葉である。

（インテ訳）集中可能な対象の精妙さも、ついには定義し得ない状態へと帰着する。

（シュリー訳）（定の）対象の精妙性は、無痕跡（根本原質プラクリティ）にまで進展する。

※註２：「特質のないこと（aliṅga）」は、エリアーデによれば「プラクリティ（の三グナ）が均衡状態にあること」。

Ｉ－４６　tā eva sabījaḥ samādhiḥ /

（私訳）それら（四種のサマーパッティ）が、すなわち、種子を有する三昧（サビージャ・サマーディ（有種子三昧））である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）These same［balanced-states］are the seeded concentration.

（佐保田訳）以上が有種子三昧である。

（インテ訳）以上がサビージャ・サマーディ【種子のある三昧】であり、そこにはまだ修行者を束縛や心的動揺へと引き戻す可能性が残っている。

（シュリー訳）これら（の定）は、全て種のある三昧である。

※註２：「サヴィタルカー・サマーパッティ」（有尋等持）・「ニルヴィタルカー・サマーパッティ」（無尋等持）・「サヴィチャーラー・サマーパッティ」（有伺等持）・「ニルヴィチャーラ―・サマーパッティ」（無伺等持）の四種が、「サビージャ・サマーディ」（有種子三昧）だという。

※註３：ここではじめて、「サマーパッティ」（等持）は「サマーディ」（三昧）と同義語であることが明言された。

Ｉ－４７　nirvicāra-vaiśāradye ’dhyātma-prasādaḥ /

（私訳）熟考（伺）を伴わない（ニルヴィチャーラ―（無伺）・サマーパッティ（等持）の）熟練の状態において、自心に清澄さが生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When there is the clearness of the super-reflective［balanced-state, the yogin gains］internal undisturbed calm.

（佐保田訳）有種子三昧の中の最後の段階である無伺定が無垢清浄となった時、内面の静澄が生ずる。

（インテ訳）ニルヴィチャーラ・サマーディ〔洞察を伴わないサマーディ〕が純粋となったとき、至高の真我が輝く。

（シュリー訳）無識別定に熟達するとき、霊性の光明が啓示する。

Ｉ－４８　ṛtaṃbharā tatra prajñā /

（私訳）そこに（自心の静澄さに）、普遍真理を具有する（直観的な）智慧がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）In this［calm］the insight is truth-bearing.

（佐保田訳）内面の静澄が生じたならば、そこに真理のみを保有する直観智が実現する。

（インテ訳）これがリタンバラー・プラジュニャー、すなわち絶対的な真理意識である。

（シュリー訳）その（霊性の光明の啓示）中で、完全な真実の直接認識が生じる。

※註２：「ṛtaṃbharā」には「真理を具有する智慧」という意味があり、ここは「リタンバラーという（直観）智」と言ってもいい。「ṛta」にはヴェーダの「定められた法則」「聖法」「聖訓」「供犠」「真理」といった意味がある。

Ｉ－４９　śruta=anumāna=prajñābhyām anya=viṣayā viśeṣa=arthatvāt /

（私訳）（その智慧は）伝承や推考の智慧とは対象を異にする。殊勝のものを対象とすることから。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Has an object other than the insight resulting from things heard or from inferences inasmuch as its intended-object is a particular.

（佐保田訳）この智は事象の特殊性を対象とするから、伝承や推理の智とは対象の点で違っている。

（インテ訳）この特別な真理意識は、聞いたり、聖典から学んだり、推理したりして得られる知とは、完全に異なっている。

（シュリー訳）（完全な真実の直接認識は）対象が特別であるため、証言や推理（による認識）とは異なる。

Ｉ－５０　taj=jaḥ saṃskāro ’nya=saṃskāra=pratibandhī /

（私訳）それ（リタンバラーの智慧）から生じる残存印象は、ほかの残存印象を阻止する。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The subliminal-impression produced by this［super-reflective balanced-state］is hostile to other subliminal-impressions.

（佐保田訳）この三昧智によって生ずる行は、他の行を抑圧する性質をもっている。

（インテ訳）このサマーディによって生ずる印象〔サンスカーラ〕は、他のすべての印象を払拭する。

（シュリー訳）それ（完全な真実の直接認識）から生じる潜在印象は、他の潜在印象を抑滅する。

Ｉ－５１　tasya=api nirodhe sarva=nirodhān nirbījaḥ samādhiḥ /

（私訳）その（リタンバラーの智慧から生じる残存印象の）制止においても、すべて（の心のはたらき）が制止されることから、無種子三昧がある（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When this［subliminal-impression］also is restricted, since all is restricted,［the yogin gains］seedless concentration.

（佐保田訳）最後に、この無伺三昧を抑滅したとき、一切が抑滅されるから、無種子三昧が出現する。

（インテ訳）この印象さえも拭い去られるとき、あらゆる印象が完全に払拭されて、そこにニルヴィージャ・サマーディ【種子のない三昧】がある。

（シュリー訳）それ（完全な真実の直接認識から生じる潜在印象）さえも抑滅されるとき、全てが抑滅され無種子三昧が実現する。

第２章　サーダナ（実修）の章（sādhana-pāda）

Ⅱ－　１　tapaḥ-svādhyāya-īśvara-praṇidhānāni kriyā-yogaḥ /

（私訳）熱行と（ヴェーダ）聖典の読誦と神への祈念が、実修ヨーガ（クリヤー・ヨーガ）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Self-castigation and study and devotion to the īśvara are the Yoga of action.

（佐保田訳）苦行、読誦、自在神への祈念の三つを行事ヨーガという。

（インテ訳）浄化を助けるものとして苦痛を受け入れること、霊的な書物を研究すること、至高の存在に身を委ねることが、実修のヨーガである。

（シュリー訳）　浄化の行為、聖典の学習、至高神への帰依が実践ヨーガである。

※註２：『ヨーガ・スートラ』は、「実修（サーダナ、sādhana）」を説く第二章の冒頭で「実修ヨーガ」（クリヤー・ヨーガ）を挙げ、その実際は「苦行（タパス、tapas）」と「（ヴェーダ）聖典の読誦（svādhyāya）」と「神への祈念（īśvara-praṇidhāna）」だと言う。これを「行事ヨーガ」と訳すのはいかがか。

※註３：「熱行（タパス、tapas）」は、普通「苦行」「禁欲」「熱業」と訳される。『ヨーガ・スートラ』のⅡ-３２のニヤマ（勧戒）やⅡ-４３にも説かれるが、ヒンドゥーの伝統では断食とか、太陽の熱射のなかで坐り続けるとか、水中に立ちつくすとか、雪中を裸で過すとか、片足で長く立っているとか、主として身体を痛めつけて精神を高める修行を言うのであるが、この場合はサーンクヤ思想を重ね、行者が自身の不純物であるプラクリティの「タマス（闇質・鈍質、怠惰性）」を熱で焼き尽して浄化すること。具体的には、インド人学匠やヨーガ経験者が言うには、行者が自分に課した意志の強さで感覚器官のさまざまなはたらきや我欲などを制御（コントロール）することである。

Ⅱ－　２　samādhi-bhāvanā-arthaḥ kleśa-tanū-karaṇa-arthaś ca /

（私訳）（実践ヨーガは）三昧（サマーディ）の修習のためであり、また煩悩を弱めるためである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）For the cultivation of concentration and for the attenuation of the hindrances.

（佐保田訳）行事ヨーガのねらいは、三昧の心境を発現することと、煩悩を弱めることとにある。

（インテ訳）それらは、障害を最小にして、サマーディを達成させる。

（シュリー訳）三昧を実現させ、苦悩を弱めることが（実践ヨーガの）目的である。

※註２：この偈文にも「煩悩（kleśa）」が出てくる。

Ⅱ－　3　avidyā=asmitā=rāga=dveṣa=abhiniveśāḥ kleśāḥ /

（私訳）無明と自我意識と貪着（貪）と嫌悪（瞋）と生命への執著とが、煩悩である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Undifferentiated-consciousness(*avidyā*) and the feeling-of-personality and passion and aversion and the will-to-live are the five hindrances.

（佐保田訳）煩悩には、無明、我想、貪愛、憎悪、生命欲などがある。

（インテ訳）無知、自我意識、執着、嫌悪、生存欲が、五つの障害である。

（シュリー訳）苦悩とは、無知、自我意識、愛着、嫌悪、死の恐れである。

註２：「煩悩（kleśa）」の具体例としてここに挙げられた「無明（avidyā）」「自我意識（asmitā）」「貪（rāga）」「瞋（dveṣa）」は仏教と共通語。

Ⅱ－　4　avidyā kṣetram uttareṣāṃ prasupta=tanu=vicchinna=udārāṇām /

（私訳）無明は、あとに続く（四つの煩悩、すなわち）休眠中のもの・微弱なもの・断続的なもの・高ぶったものの素地である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Undifferentiated-consciousness(*avidyā*) is the field for the others whether they be dormant or attenuated or intercepted or sustained.

（佐保田訳）以上の五煩悩の中で、無明はその他の諸煩悩の田地である。他の諸煩悩は各個に或は眠り、或は弱まり、或は中絶し、或は栄えたりするが、無明は常にそれらの田地として存在する。

（インテ訳）無知は、それに続く他の諸障害の土壌である。そこではそれらが（一）休眠状態であったり、（二）弱まっていたり、（三）中断されていたり、（四）維持されていたりする。

（シュリー訳）無知が、眠り、弱まり、散乱し、拡大するその他（の苦悩）の田地である。

Ⅱ－　5　anitya=aśuci=duḥkha=anātmasu nitya=śuci=sukha=ātma=khyātir avidyā /

（私訳）無常・不浄・苦・非我のものに常・浄・楽・我を知覚することが、無明である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The recognition of the permanent, of the pure, of pleasure, and of a self in what is impermanent, impure, pain, and not-self is undifferentiated-consciousness.

（佐保田訳）無明とは無常、不浄、苦、無我であるものに関して、常、浄、楽、我であることを考える見解を言う。

（インテ訳）無知とは、無常を常、不浄を浄、苦を楽、真我ならざるものを真我とみなすことである。

（シュリー訳）無知とは、無常なものを永遠、不浄なものを清浄、不幸を幸福、非自己を自己であると誤認することである。

※註２：この偈文は初期仏教が言う、「無常」を「常」とみなし、「不浄」を「浄」とみなし、「苦」を「楽」とみなし、「無我」を「我」とみなす「四顛倒」に同じ。大乗になると、「常」は仏や「涅槃」の永遠・不滅、「浄」は仏や「涅槃」の「煩悩」から離れた清浄、「楽」は「」苦を離れた安楽、「我」は自我を離れた人間本来の如来性（仏性）の意味に転じる。

Ⅱ－　6　dṛg=darśana=śaktyor eka=ātmatā=iva asmitā /

（私訳）見る者（プルシャ）と見ること（ブッディ）の能力の、あたかも一体である（ように思う）ことが、自我意識である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When the power od seeing and the power by which one sees have the appearance (*iva*) of being a single-self,［this is］the feeling-of-personality.

（佐保田訳）我想とは、見るものとしての能力である神我と、見るはたらきとしての能力である覚とを一体であるかの如く想うことである。

（インテ訳）自我意識〔アスミター〕とは、いわば、見る者【プルシャ】の力と、見る器官【身心】の力との同一視である。

（シュリー訳）自我意識とは、あたかも見る者（純粋精神、プルシャ）と見る道具（認識知性、ブッディ）との同一視である。

Ⅱ－　7　sukha=anuśayī rāgaḥ /

（私訳）快楽に強く執着するものが、貪（着）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Passion is that which dwells upon pleasure/

（佐保田訳）貪愛とは、快楽にとらわれた心情である。

（インテ訳）執着とは、快楽体験との同一視から来るものである。

（シュリー訳）愛着とは、快楽に伴う執着である。

Ⅱ－　8　duḥkha= anuśayī dveṣaḥ /

（私訳）苦に強く執着するものが、嫌悪（瞋）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Aversion is that which dwells upo pain.

（佐保田訳）憎悪とは、苦にとらわれた心情である。

（インテ訳）嫌悪とは、苦痛体験との同一視から来るものである。

（シュリー訳）嫌悪とは、苦痛に伴う反感である。

Ⅱ－　9　svarasa=vāhī viduṣo ’pi tathā rūḍho ’bhiniveśaḥ /

（私訳）それ自体の本質が駆り立て、聡明な人さえ、そのように一般に認められるものが、生命への執着である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The will-to-live(*abhiniveśa*) sweeping on［by the force of］its own nature exists in this form even in the wise.

（佐保田訳）生命欲は、それに特有な味わいを不変に持ち続けているもので、愚かなものばかりでな

く、賢明なひとたちにも一般にこの煩悩は見られる。

（インテ訳）生存欲は、【過去の経験から来る】それ自体の力によって流れており、賢人の中にも存在する。

（シュリー訳）死の恐れとは、賢人にさえ存在する、潜在力に支えられた生への執着である。

Ⅱ－１０　te pratiprasava=heyāḥ sūkṣmāḥ /

（私訳）それら（五つの煩悩）の微細なものは、元の状態に戻すことによって断ぜられるべきである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）These［hindrances］［when they have become］subtle are to be escaped by the inverse-propagation.

（佐保田訳）これらの五つの煩悩は、それらが潜在、未発の微妙な形態で存在する時には、心の逆転変によってのみ除去することができる。

（インテ訳）これらの障害が微かな状態であるときは、原初の原因【自我】に立ち戻ることにより破壊できる。

（シュリー訳）これら（５つの苦悩）が精妙なとき、（原因への）逆展開により除去できる。

※註２：「元の状態に戻すこと（pratiprasava）」とは、微細な煩悩をプラクリティへと逆展開（逆転変）すること。

Ⅱ－１１　dhyāna=heyās tad=vṛttayaḥ /

（私訳）その（心の）はたらきは、静慮（ドゥヤーナ）によって断ぜられるべきである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The fluctuations of these should be escaped by means of contemplation.

（佐保田訳）すでに心のはたらきとして現れた煩悩は、静慮によって除去することができる。

（インテ訳）それらが活動の状態にあれば、瞑想によって破壊することができる。

（シュリー訳）それら（苦悩）の（粗大な）心の活動は、瞑想によって鎮静できる。

※註２：「その（心の）はたらき（tad=vṛttayaḥ）」とは、上記の微細な煩悩に対する粗大な煩悩のこと。これは「静慮（ドゥヤーナ）」によって除去する

Ⅱ－１２　kleśa=mūlaḥ karma=āśayo dṛṣṭa=adṛṣṭa=janma=vedanīyaḥ /

（私訳）煩悩に根ざしている宿業（カルマ）の遺存（志力）は、（カルマが）見られる生（現世）や見られない生（来世）で感受される。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The latent-deposit of karma has its root im the hindrances and may be felt in a birth seen or in a birth unseen.

（佐保田訳）業遺存は、煩悩を根因とし、現世に於て経験され、あるいは他生に於て経験される。

（インテ訳）カルマ【行為とその反作用】の子宮は、これらの障害の中に根を張っており、そうしたカルマが、見える生【現世】および見えざる生【来世】における諸経験をひき起こす。

（シュリー訳）苦悩を根本原因とする行為の（潜在印象の）蓄積は、現世か来世で体験される。

※註２：「宿業（カルマ）の遺存（志力）（karma=āśaya）」は、私たちの心に内在する志力とでも言うべき性質のもの（雲井昭善「インド思想と業」）。「業（カルマ）」の問題は初期仏教の「輪廻」説にはじまり、アビダルマから大乗の中観・唯識に至るまで仏教教理学にとって重要な検討問題だった。

Ⅱ－１３　sati mūle tad=vipāko jātya=āyur=bhogāḥ /

（私訳）（煩悩という）根源が存在しているかぎりにおいて、その果報（業報）がある。出生種と寿命と経験である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）So long as the root exists, there will be fruition from it［that is］birth［and］length-of-life［and］kind-of-experience.

（佐保田訳）煩悩という根因がある間は、業報が生ずる。業報というのは境涯と寿命と経験である。

（インテ訳）その根が存在するのであれば、その果実もまた存在するであろう。その果実とは、さまざまな生類への再生であり、その境涯と経験である。

（シュリー訳）（苦悩という行為の潜在印象の）根本原因が存在する限り、その結果として特定の誕生、寿命、快苦の経験が生じる。

※註２：「出生種（jāti）」は、生れのちがい、人種・種族・階級など。「寿命（āyur）」は、生きる時間の長さのちがい。「経験（bhoga）」は、生きる内容のちがいや生れや寿命のちがいを享受し、自分のものとして味わうこと。インド人学匠は、快楽の経験、苦痛の経験、その両方が混じっている経験を言う。

※註３：「果報（業報）（vipāka）」も、善因善果・悪因悪果など「因果応報」の問題は仏教では重要問題。

Ⅱ－１４　te hlāda=paritāpa=phalāḥ puṇya=apuṇya=hetutvāt /

（私訳）それら（の果報）は、善・不善を原因とすることから、喜びと悲嘆という結果になる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）These［fruitions］have joy or extreme anguish as results in accordance with the quality of their causes whether merit or demerit.

（佐保田訳）これらの業報は、その原因である業が善であるか悪であるかに従って、或は悦びをもたらし、或は苦しみをもたらす。

（インテ訳）カルマは、功徳と罪業が起因となって、喜びと苦しみの果実を生む。

（シュリー訳）それら（誕生・寿命・経験）は善行と悪行が原因であるため、快感と苦痛の結果をもたらす。

Ⅱ－１５　pariṇāma=tāpa=saṃskāra=duḥkhair guṇa=vṛtti=virodhāc ca duḥkham eva sarvaṃ vivekinaḥ /

（私訳）転変（展開）・苦痛・潜在印象の苦によって、また（三つの）グナとその展開の相反から、識別力ある者には一切がまさに苦である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As being the pains whuch are mutations and anxieties and subliminal-impressions, and by reason of the opposition of the fluctuations of the aspects(guṇa),—to the discriminating all is nothing but pain.

（佐保田訳）明哲の士にとっては、この現存在のすべてが苦である。何故かといえば、現象の転変と現実の悩みと、それに行、これらのすべてが苦であるからであり、かつ、かの三つのグナのはたらきが互に相反するからである。

（インテ訳）得たものを失うことへの不安と恐怖、結果として心の中に残り新たな渇望をひき起こす印象、心を支配する三グナの絶えざる葛藤――これらのために、識別力ある者にとっては実にあらゆるものが苦である。

（シュリー訳）識別ある人には全てが苦である、なぜなら現象の変化、不安、過去の習慣、そして対立する属性と心の動きは全て苦なのだから。

※註２：「転変（pariṇāma）」も仏教とくに唯識と共通語。『ヨーガ・スートラ』では主としてグナのさまざまな展開を言うのに対し、唯識では「アーラヤ識」（蔵識）の転変を言う。

Ⅱ－１６　heyaṃ duḥkham=anāgatam/

（私訳）避けられるべきは、まだ来ていない苦である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）That which is to be escaped is pain yet to come.

（佐保田訳）ヨーガ行者がヨーガの修行によって除去すべきものといえば、それは未来の苦である。

（インテ訳）未来の苦は、回避することができる。

（シュリー訳）まだやって来ない未来の苦は、回避されるべきである。

Ⅱ－１７　draṣṭṛ=dṛśyayoḥ saṃyogo heya=hetuḥ/

（私訳）見る者と見られるものと結縛が、避けられるべき（苦の）原因である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The correlation of the Seer and the object-of-sight is the cause of that which is to be escaped.

（佐保田訳）見るものと見られるものとの結びつきこそが、除去すべき苦の原因である。

（インテ訳）その、避け得る苦の原因となっているのは、見る者【プルシャ】と見られるもの【プラクリティ、自然】の結合である。

（シュリー訳）見る者と見られるものとの結合こそが、回避されるべき（苦の）原因である。

Ⅱ－１８　prakāśa=kriyā=sthiti=śīlaṃ bhūta=indriya=ātmakaṃ bhoga=apavarga=arthaṃ dṛśyam/

（私訳）明るく輝くような純性（サットヴァ）・活動性（ラジャス）・惰性（タマス）という（三つのグナの）特質にあり、物質元素と感覚器官から成り、（プルシャの）経験と解脱のためにあるのが、見られるもの（プラクリティ）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）With a disposition to brightness and to activity and to inertia, and with the elements and organs as its essence, and with its purpose the experience and the liberation［of the Self ］,－［this is］the object-of-sight.

（佐保田訳）見られるものとは、照明、行動、制止の性格をあわせそなえ、物質元素と知覚、運動の器官とから成り真我の経験と解脱とをその目的とするものである。

（インテ訳）見られるものは、照明、行動、停滞というグナの三つの性質から成り、自然元素と感覚器官で構成されているが、その目的とするところは、プルシャ〔真我〕に経験と解放を与えることである。

（シュリー訳）見られるものとは、照明、活動、固定の性質を持ち、五大要素、知覚・行為器官で構成され、（純粋精神、プルシャの）経験と解脱が目的である。

Ⅱ－１９　viśeṣa=aviśeṣa=liṅga=mātra=aliṅgāni guṇa=parvāṇi/

（私訳）特質的な差異がある、特質的な差異がない、特質だけのもの（展開している状態）、特質がないもの（未展開の均衡状態）（の四つ）が、グナの段階である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The particularized and the unparticularized［forms and the resoluble only［into primary matter］and irresoluble-primary-matter－are the divisions of the aspects(*guṇa*).

（佐保田訳）グナの転変形態には四つの段階がある。差別あるもの、差別なきもの、還没するだけのもの、還没しないもの、

（インテ訳）グナの段階には、明確であるもの、明確でないもの、限定されるもの、限定され得ないものの四つである。

（シュリー訳）（根本原質、プラクリティの）属性（グナ）の段階には、有特性、無特性、痕跡のみ、無痕跡がある。

※註２：インド人学匠などの諸註釈によれば、グナの四段階とは

（１）特質的な差異がある：五大（五粗大元素、地・水・火・風・空）、十根（目・耳・鼻・舌・皮膚、生殖器官・排泄器官・歩行器官（足）・把握器官（手）・発声器官）で、愉快・不快・美・醜の特質的差異がある。

（２）特質的な差異がない：五唯（五微細要素、香・味・色・触・声）、意（マナス）、自我意識（アハンカーラ）

（３）特質だけのもの（展開している状態）：ブッディ

（４）特質がないもの（未展開の均衡状態）：プラクリティ

※註３：「liṅga」はグナの均衡が破れ展開している「ブッディ（buddhi）」。「aliṅga」はグナが均衡状態の「プラクリティ（prakṛti）」。

Ⅱ－２０　draṣṭā dṛśi=mātraḥ śuddho ’pi pratyaya=anupaśyaḥ/

（私訳）見る者（プルシャ）はただ見ることだけであり、清浄でもあるが、（ブッディが展開して現れる）想念によって見るのである（随見）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The Seer, who is nothing but［the power of］seeing, although undefiled(*śuddha*),

looks upon the presented-idea.

（佐保田訳）見るものは、純一な見る力そのものである。それは清純であるが、しかし、覚が提供する表象を介して見ている。

（インテ訳）見る者とは見る力そのものであり、それ自体は純粋だが、心を通じて見るという現れ方をする。

（シュリー訳）見る者は純粋意識のみであるが、その純粋性にもかかわらず、心の形態を通して見る。

Ⅱ－２１　tad=artha eva dṛśyasya=ātmā/

（私訳）それ（見る者（プルシャ））のためにあるのが、実に、見られるもの（プラクリティ）の本性である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）This being(*ātman*)　of the object-of-sight is only for the sake of it［the Self］.

（佐保田訳）見られるものは、見るものの目的をもって、その本質としている。

（インテ訳）見られるものは、見る者のためにのみ存在する。

（シュリー訳）見る者（純粋精神、プルシャ）のためにのみ、見られるもの（根本原質、プラクリティ）は存在する。

Ⅱ－２２　kṛta=arthaṃ pratinaṣṭam=apy=anaṣṭam tad=anya=sādhāraṇatvāt/

（私訳）目的を成就した者（ある一つのプルシャ）は（見られる者（プラクリティ）が）消滅するが、そのほかの者（目的を成就していないプルシャ）には（見られる者（プラクリティ）の）共有性の故に（見られる者（プラクリティ）は）消滅しない。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Though it has ceased［to be seen］in the case of one whose purpose is accomplished, it has not ceased to be, since it is commom to others［besides himself］.

（佐保田訳）すでに目的を遂げた真我に対しては、見られるものは消滅する。がしかし、それは他の真我との共有財でもあるから、他の真我がある限り、無くなりはしないのである。

（インテ訳）それ【見られるもの】は解脱した者にとっては破壊されているが、他の者にとっては共有財として存在しつづけている。

（シュリー訳）目的を成就した者にとって（見られるものは）消滅するが、それは（成就しない）他の人々にとって共有性を持つため、消滅しない。

※註２：唯一の物質的な根本原理プラクリティと生あるものすべてにある精神原理・個我である無数のプルシャ。目的を達した（解脱した人の）プルシャに対しては、（プルシャから観照されてはじめて展開する）プラクリティ（グナのはたらき）は消滅する。しかし、目的を達していない他の（人の）プルシャに対してはプラクリティは見られる者（被観照者）として共有のものなので消滅しない。

Ⅱ－２３　sva=svāmi=śaktyoḥ sva=rūpa=upalabdhi=hetuḥ saṃyogaḥ/

（私訳）所有物（見られる者、プラクリティ）と所有者（見る者、プルシャ）の（二つの）力の結合は、それぞれ本来の在り方（経験と解脱）を知得する基因である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The reason for the apperception of what the power of the property and of what the power of the proprietor are is correlation.

（佐保田訳）見るものと見られるものとの結びつきは、主君たる力と、臣下たる力の両者が、各自の実体を把握するための根拠になる。

（インテ訳）所有する者【プルシャ】と所有されるもの【プラクリティ】の結合が、両者の本性と力についての認識をもたらす。

（シュリー訳）（純粋精神（プルシャ）と根本原質（プラクリティ）の）結合の目的は、両者の本性と力を認識するためである。

Ⅱ－２４　tasya hetur=avidyā/

（私訳）その（結合の）原因は、無明（アヴィドヤー）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The reason for this［correlation］is undifferentiated consciousness(*avidyā*).

（佐保田訳）この結びつきの原因となるのは無明である。

（インテ訳）この結合の原因は、無知である。

（シュリー訳）その（結合の）原因は、無知である。

Ⅱ－２５　tad=abhāvāt=saṃyoga=abhāvo hānaṃ tad=dṛśeḥ kaivalyam/

（私訳）それ（無明）が生じなければ結合は生じず、（無明の）除去であり、それが見る者（プルシャ）の独存（カイヴァルヤ）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Since this［non-sight］does not exist, there is no correlation. This is the escape, the Isolation of the Seer.

（佐保田訳）従って、無明が無くなった時には、見るものと見られるものとの結びつきも亦無くなる。これが除去というものであり、見るものの独存位である。

（インテ訳）この無知がなければ、そのような結合も起らない。この境地こそが見る者の独存位である。

（シュリー訳）無知の消滅により（純粋精神（プルシャ））と（根本原質（プラクリティ）の）結合は消滅する。これが除去であり、見る者の独存（完全な解放）である。

※註２：「独存（カイヴァルヤ、kaivalya）」は、プルシャがプラクリティに完全に無関心になり、自己の内に見ているだけの状態に留まること。『ヨーガ・スートラ』が説くヨーガの究竟位。

Ⅱ－２６　viveka=khyātir=aviplavā hāna=upāyaḥ/

（私訳）（プルシャとプラクリティを）混乱なく識別する覚知が、除去の方法である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The means of attaining ascape is unwavering discriminative discernment.

（佐保田訳）除去のための手段は、ゆるがない弁別智である。

（インテ訳）途切れることのない明敏な識別が、その除去の方法である。
（シュリー訳）堅固で明晰な（純粋精神（プルシャ））と（根本原質（プラクリティ）の）識別知が、(無知を)除去する手段である。
※註２：諸訳が「弁別智」「明敏な識別」「識別知」とする「viveka-khyāti」を私は「識別する覚知」とした。

Ⅱ－２７　tasya saptadhā prānta-bhūmiḥ prajñā/

（私訳）彼（識別の覚知を得た行者）には、七種の（直観的）智慧が究極の境地である。

※註１：参考訳
（Woods 訳）For him［there is］insight seven-fold and advancing in stages to the highest.
（佐保田訳）弁別智を得た人には、最高の段階にある七とおりの真智が生ずる。
（インテ訳）最終段階の智は、七重である。【人は、（一）もっと知りたいという願望、（二）何かを遠ざけておきたいという願望、（三）何か新しいものを得たいという願望、（四）何かをしたいという願望、（五）悲しみ、（六）恐れ、（七）幻惑、の七つが終熄するのを体験する。】
（シュリー訳）その識別知を得たヨーギには、７段階の高度な知識がやって来る。
※註２：七種の「saptadhā」は、ヴヤーサやヴァーチャスパティミシュラなどの「註」「復註」によると、
１、外界の限界と、知識・自由・平和・幸福の根源が自己の内にあるという事実を悟ること。
２、求道の妨げになる障礙を取り除くこと。
３、プルシャの状態や三昧（サマーディ）を体験すること。
４、外界に住しながら（内的な）究極の境地に達する自覚をもち、それが最上のものだという意志があること。
５、心と心のはたらきがすべて目的の達成に役立つ状態にあり、それによって多くを得ようと思わないこと。
６、三つのグナをその本性の原初の状態にしていること。
７、いかなる結縛からも永久に離れ、純粋な究極の状態に留まること。

＜八支のヨーガ＞）

Ⅱ－２８　yoga-aṅga-anuṣṭhānād-aśuddhi-kṣaye jñāna-dīptir-ā-viveka-khyāteḥ/

（私訳）ヨーガの支則（八支）の実修によって不浄が滅する時、識別の覚知に至る知の輝きがある。

※註１：参考訳
（Woods 訳）After the aids to yoga have been followed up, when the impurity has dwindled, there is an enlightenment of perception reaching up to the discriminative discernment.
（佐保田訳）ヨーガの諸部門を修行していくにつれて、次第に心のけがれが消えてゆき、それに応じて英智の光が輝きを増し、終には弁別智が現れる。
（インテ訳）ヨーガの諸支分を修練していくことによって、次第に不純が消え、そこに明敏なる識別へと導く智の光が明け初める
（シュリー訳）ヨーガの諸部門の実践により心の不純性が撲滅されると、霊性の知識の光明が生じ、それは真理の識別知にまで達する。

Ⅱ－２９　yama=niyama=āsana=prāṇāyāma=pratyāhārā=dhāraṇā=dhyāna=samādhayo’ṣṭau=aṅgāni/

（私訳）ヤマ（禁戒）、ニヤマ（勧戒）、アーサナ（坐法）、プラーナ―ヤーマ（調息）、プラティヤーハーラ（制感）、ダーラナー（凝念）、ドゥヤーナ（静慮）、サマーディ（三昧）が、八支則である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Abstentions and observances and postures and regulations-of the-breath and withdrawal-of-the-senses and fixed attention and contemplation and concentration are the eight aids.

（佐保田訳）ヨーガは次の八部門から成る。――禁戒、勧戒、坐法、調息、制感、凝念、静慮、三昧。

（インテ訳）以下がヨーガの八支分である。一、ヤマ【禁戒】、二、ニヤマ【勧戒】、三、アーサナ【坐法】、四、プラーナーヤーマ【調息】、五、プラティアーハーラ【制感】、六、ダーラナー【集中】、七、瞑想【ディアーナ】、八、三昧【サマーディ】

（シュリー訳）禁戒（ヤマ）、勧戒（ニヤマ）、坐法（アーサナ）、調息（プラーナーヤーマ）、制感（プラティヤーハーラ）、凝念（ダーラナー）、禅定（デャーナ）、三昧（サマーディ）が（ヨーガの）８つの部門である。

※註２：ヨーガの八支則は、

①ヤマ（禁戒）：制戒、一般的な戒しめ。

②ニヤマ（勧戒）：内制、個人的な戒しめ。

③アーサナ（坐法）：さまざまな足の組み方、坐り方、ポーズ。

④プラーナーヤーマ（調息）：呼吸を調える呼吸法。

⑤プラティヤーハーラ（制感）：感覚のはたらきを感覚対象から引き離すこと。

⑥ダーラナー（凝念）：意識集中。

⑦ドゥヤーナ（静慮）：禅定、一点集中の状態。

⑧サマーディ（三昧）：深い一点集中、対象と合一（等持）（「止観」の「止」）の状態。

Ⅱ－３０　ahiṃsā=satya=asteya=brahma=carya=aparigrahā yamāḥ/

（私訳）不殺生、実直、不偸盗、禁欲、無所有が、ヤマ（禁戒）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Abstinence from injury and from falsehood and from theft and from incontinence and from acceptance of gifts are the abstentions.

（佐保田訳）禁戒には、非暴力、正直、不盗、禁欲、不貪の五つがある。

（インテ訳）ヤマ〔禁戒〕は、非暴力、正直、不盗、禁欲、不貪より成る。

（シュリー訳）非暴力、誠実、不盗、純潔、無所得が禁戒（ヤマ）である。

※註２：一般的な戒めの「ヤマ（禁戒）」は、仏教の「五戒（パンチャ・シーラ）」（不殺生・不偸盗・不邪淫・不妄語・不飲酒）とほぼ同様である。「不殺生（ahiṃsā）」を諸訳は「非暴力」とするが私はヨーガ行者は肉を食べないと聞いたので仏教と同じく「不殺生」とした。「hiṃsā」は「暴力」以上の「傷害」「殺害」の意味である。

Ⅱ－３１　jāti=deśa=kāla=samaya=anavacchinnāḥ sārva=bhaumā mahā=vratam/

（私訳）（ヤマは）出生種（身分）や場所や時期や慣わしにかかわらず、一切の（心の）行地（段階）に通じるもので、絶対的な誓戒である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When they are unqualified by species or place or time or exigency and when ［covering］all［these］classes－［under these circumstances exists］the Great Course-of-conduct.

（佐保田訳）これらの禁戒が、身分、地域、時期、習俗などの制限なく、またどんな心の状態に於ても守られる時には、大誓戒とよばれる。

（インテ訳）これらの大誓戒は普遍的なものであり、身分・場所・時間・環境によって制約されない。

（シュリー訳）（これらの禁戒が）身分、場所、時、状況に制限されない場合は、普遍的な偉大な誓戒となる。

Ⅱ－３２　śauca=saṃtoṣa=tapaḥ=svādhyāya=īśvara=praṇidhānāni niyamāḥ/

（私訳）清潔・知足・熱行・（ヴェーダ）聖典の読誦・神への祈念が、ニヤマ（勧戒）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Cleanliness and contentment and self-castigation and study and devotion to the īśvara are the observances.

（佐保田訳）勧戒には、清浄、知足、苦行、読誦、自在神への祈念の五つがある。

（インテ訳）ニヤマ〔勧戒〕は、清浄・知足・受け入れても苦痛を起こさない苦行・霊的書物の研究・自在神への祈念【自己放棄】より成る。

（シュリー訳）清潔、知足、浄化の行為、自己の学習、至高神への帰依が勧戒（ニヤマ）である。

※註２：五つのニヤマ（勧戒）のうち「熱行（tapas）」「（ヴェーダ）聖典の読誦（svādhyāya）」「神への祈念（īśvara=praṇidhāna）」はⅡ－１に説かれるクリヤー・ヨーガに同じ。

Ⅱ－３３　vitarka=bādhane pratipakṣa=bhāvanam/

（私訳）推考（尋）による妨げには、（妨げの）反対のことを修習することである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）If there be inhibition by perverse-considerations(*vitarka*), there should be cultivation of the opposites.

（佐保田訳）もしも、戒に背こうとする妄想が起って、戒の実行の妨害となるようならば、その妄想に対抗する想念を抱くがよい。

（インテ訳）否定的想念によって妨害されたときは、その反対の【肯定的】考えが念想されるべきである。

（シュリー訳）（禁戒、勧戒の実践が）悪い想念により妨害されるときは、反対の想念を熟考すべきである。

※註２：ヤマ（禁戒）やニヤマ（勧戒）の十戒のうちどれかを実践している時、例えば不殺生の場合、殺生の想念が妨げになったら不殺生を推考すること。純潔の場合、色欲の想念が妨げになったら純潔

を推考すること。

Ⅱ－３４　vitarkā hiṃsā=ādayaḥ kṛta=kārita=anumoditā lobha=krodha=moha=pūrvakā

mṛdu=madhya=adhimātrā duḥkha=ajñānā=ananta=phalā iti pratipakṣa=bhāvanam/

（私訳）殺生などの推考（尋）には、（自ら）為したもの・（他に）為させたもの、（他から）容認されたものがあり、貪欲（貪）・怒り（瞋）・迷妄（痴）に由来し、弱い・中くらい・強いがあり、苦と無知の際限なき結果になる、ということが（妨げの）反対のことを修習することである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Since perverse-considerations such as injuries, whether done or caused to be done or approved, whether ensuing upon greed or anger or infatuation, whether mild or moderate or vehement, find their unending consequences in pain and in lack of thinking, there should be the cultivation of their opposites.

（佐保田訳）殺生等の妄想には、すでに為したもの、為さしめられたもの、甘んじて承認したものなどの別があり、また貪と瞋と痴の各々を動機とする別があり、さらに、温和なもの、中位のもの、過激なものなどの別があるが、すべて、苦と無知とを際限なくもたらすものである、というのが、妄想に対する想念なのである。

（インテ訳）暴力等のような否定的想念が引き起こされ、これが実行され、あるいはそれが容認されるだけであっても、――それらが貪欲・怒り・熱中のいずれによって駆り立てられたものであっても――またそれらが軽度・中位・過激のどんな程度によってなされたにせよ、それらは無知に根ざしており、確かな苦をもたらすものである。このように省察することも、プラティパクシャ・バーヴァナである。

（シュリー訳）暴力その他の悪い想念を、自分が想っても、他者に想わせても、（他者の悪い想念を）容認しても、その原因が貪欲、怒り、妄想であれ、（想いの程度が）穏和、中庸、極度であれ、（それら全ては）無限の苦痛と無知の結果をもたらす、これが反対の想念の熟考である。

Ⅱ－３５　ahiṃsā=pratiṣṭhāyām tat=saṃnidhau vaira=tyāgaḥ/

（私訳）不殺生を堅持する者には、彼の近辺では敵意がなくなる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As soon as he is grounded in abstinence from injury, his presence begets a suspension of enmity.

（佐保田訳）非暴力の戒行に徹したならば、その人のそばでは、すべてのものが敵意を捨てる。

（インテ訳）非暴力に徹した者のそばでは、すべての敵対が熄む。

（シュリー訳）非暴力　（の禁戒）が堅固に確立すれば、彼の前では（全ての生類が）敵意を捨てる。

Ⅱ－３６　satya=pratiṣṭhāyām kriyā=phala=āśrayatvam/

（私訳）（ニヤマ（勧戒）への）誠実さが堅持されている人たちには、（誠直さが、彼らの）行為と（行為の）結果の基盤となる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As soon as he is grounded in abstinence from falsehood, actions and consequences depend upon him.

（佐保田訳）正直の戒行に徹するならば、その人は行為とその結果とのよりどころとなることができる。

（インテ訳）正直に徹した者には、行為とその結果がつき従う。

（シュリー訳）誠実（の禁戒）が堅固に確立すると、（彼の言葉は）現実（行為と結果の基盤）となる。

Ⅱ－３７　asteya=pratiṣṭhāyām sarva=ratna=upasthānam/

（私訳）不偸盗が堅持されている者には、一切の財宝が集る。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As soon as he is grounded in abstinence from theft, all jewels approach him.

（佐保田訳）不盗の戒行に徹したならば、求めずして、あらゆる地方の珠玉が彼のところへあつまる。

（インテ訳）不盗に徹した者のところには、あらゆる富が集る。

（シュリー訳）不盗（の禁戒）が堅固に確立すると、あらゆる財宝が（彼のもとに）集積する。

Ⅱ－３８　brahma=carya=pratiṣṭhāyām vīrya=lābhaḥ/

（私訳）禁欲が堅持されている者には、精力が得られる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As soon as he is grounded in abstinence from incontinence, he acquires energy.

（佐保田訳）禁欲の戒行に徹したならば、巨きな力が得られる。

（インテ訳）禁欲に徹する者は、精力を得る。

（シュリー訳）純潔（の禁戒）が堅固に確立すると、（彼は）巨大な精力を獲得する。

※註２：「vīrya」は、インド人学匠によれば「精液」。敷衍して「精力」「性的エネルギー」「生命エネルギー」。「abhiniveśa」（生命への愛着、死の恐れ）を克服する。

Ⅱ－３９　aparigraha=sthairye janma=kathantā=saṃbodhaḥ/

（私訳）無所有が堅持されている者には、出生の如何についてあまねき理解が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As soon as he is established in abstinence-from-acceptance-of-gifts, a thorough illumination upon the conditions of birth－

（佐保田訳）不貪の戒行に於て不動心を得たならば、自分の転生のありさまを三世にわたって漏れなく知ることができる。

（インテ訳）不貪が確立されたとき、自らの誕生の様相と根拠について、全き智慧がもたらされる。

（シュリー訳）無所得（の禁戒）が不動になると、（彼の）過去・現在・未来の生涯のあらゆる知識を得る。

※註２：「janma-kathantā」は、インド人学匠によれば、過去・現在・未来の自分自身の生に関する知識。「無所有」（無欲）の実践によって心が純粋になり、自分の三世の記憶が得られる、と。

Ⅱ－４０　śaucāt-sva-aṅga-jugupsā parair-asaṃsargaḥ/

（私訳）清潔（の実修）から、自己の肢体への嫌悪が生じ、他者（の肢体）とは無接触になる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of cleanliness there is disgust at one's own body and no intercourse with others.

（佐保田訳）清浄の戒行を守る時、人は自己の肉体に対して嫌悪の情を抱くようになり、まして他人の身体に触れたりはしない

（インテ訳）浄化によって、自分自身の身体への厭わしさ、他人の身体に触れることへの厭わしさが生ずる。

（シュリー訳）清潔（の実践）を通じ、自身の肉体への嫌悪と他人の肉体との接触への嫌悪が生じる。

Ⅱ－４１　sattva-śuddhi-saumanasya-aikagrya-indriya-jaya-ātma-darśana-yogyatvāni ca/

（私訳）（また、）純質（サットヴァ）の純化・喜び・一点集中・感覚器官の制御、及び（真実の）自己を直観する適応性が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Purity of sattva and gentleness and singleness-of-intent and subjugation of the senses and futness for the sight od the self－

（佐保田訳）清浄の戒行を守るならば、さらに、サットヴァの明浄、愉悦感、一つのことに対する心の専念性、感覚器官の克服、自己直観の能力などがあらわれる。

（インテ訳）さらに、サットヴァの純粋性、心の愉悦、一点集中、感覚の統御、自己実現への適合性を得る。

（シュリー訳）心の純化を通じ、快活さ、一点集中、感覚の制御、そして自己覚醒への適性が生じる。

Ⅱ－４２　saṃtoṣād-anuttamaḥ sukha-lābhaḥ/

（私訳）知足（の実修）から、無上の安楽が得られる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of contentment there is an acquisition of superlative pleasure.

（佐保田訳）知足の戒行を守ることによって、無上の幸福が得られる。

（インテ訳）知足によって、無上の喜びが得られる。

（シュリー訳）知足（の実践を）通じ、無上の幸福を獲得する。

Ⅱ－４３　kāya-indrya-siddhir-aśuddhi-kṣayāt-tapasaḥ/

（私訳）熱行によって（身心の）不浄が止滅することから、身体と感覚器官に超能力が顕われる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Perfection in the body and in the organs after impurity has dwindled as a result of self-castigation.

（佐保田訳）苦行を行ずるならば、身心の不浄が消え去るから、身体と諸感官の超自然的能力があらわれる。

（インテ訳）苦行によって、身体と感覚の不浄が消え、超自然力が得られる。

（シュリー訳）浄化の行為（の実践）を通じ、不純性が消滅し、肉体と感覚器官に超自然能力が生じる。

※註２：「siddhi」には、単なる「成就」「完成」「遂行」「達成」「成功」といった意味のほかに「神通力の獲得を必然とする人格の完成」「魔力」「効験」「霊能」の意味があり、「超能力」とした。

Ⅱ－４４　svādhyāyād=iṣṭa=devatā=saṃprayogaḥ/

（私訳）（ヴェーダ）聖典の読誦から、望ましい神格との感応がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of study there is communion with the chosen deity.

（佐保田訳）読誦の行に専念するならば、ついには自己の希望する神霊に会うことができる。

（インテ訳）霊的な書物を研究することによって、自らの望む神霊との霊交が得られる。

（シュリー訳）自己の学習（の実践）を通じ、個人の理想神との交流が生じる。

Ⅱ－４５　samādhi=siddhir=īśvara=praṇidhānāt/

（私訳）神（イーシュヴァラ）への祈念から、サマーディ（三昧）の成就がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Perfection of concentration as a result of the īśvara.

（佐保田訳）自在神への祈念によって、三昧に成功することができる。

（インテ訳）神にすべてを委ねることによって、サマーディは達成される。

（シュリー訳）至高神への帰依により、三昧が実現する。

※註２：「īśvara=praṇidhāna」（神への祈念）：Ⅰ－２３～Ⅰ－２７、Ⅱ－１参照。

※註３：「ニヤマ（勧戒、niyama）」の説明の最後に、「神（イーシュヴァラ）への祈念（īśvara=praṇidhāna）」による「三昧（samādhi）」の成就が出てくる。次に説かれる「アーサナ（坐法）」「プラーナーヤーマ（調息）」「プラティヤーハーラ（制感）」「ダーラナー（凝念）」「ドゥヤーナ（静慮）」は要らないのか。

Ⅱ－４６　sthira=sukham=āsanam/

（私訳）アーサナ（坐法）は、不動堅固で心地よいもの（であるべき）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Stable-and-easy posture.

（佐保田訳）坐り方は、安定した、快適なものでなければならない。

（インテ訳）アーサナ（坐法）は、快適で安定したものでなければならない。

（シュリー訳）坐法は、堅固で気づきに満ち、快適なものでなければならない。

※註２：仏教では「結跏趺坐」か「半跏坐」である。

Ⅱ－４７　prayatna-śaithilya-ananta-samāpattibhyām/

（私訳）（アーサナ（坐法）は）意志的な努力をゆるめた、無限なもの（蛇の王・アナンタ）へのサマーパッティ（等至）によって（達成される）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）By relaxation of effort or by a［mental］state-of-balance with reference to Ananta－

（佐保田訳）安定した、快適な坐り方に成功するには、緊張をゆるめ、心を無辺なものへ合一させなければならない。

（インテ訳）自然な傾向である落ち着きのなさを減じ、無限なるものに瞑想することによって、坐位は習得される。

（シュリー訳）努力から解放され、無限（蛇王）を瞑想することにより（坐法は達成される）。

※註２：「無限なもの（アナンタ、ananta）」：インド人の学匠によれば、ヒンドゥーの伝統では、「アナンタ」はヴィシュヌ神が（ミルクの海で）その上で休息する千の頭をもつコブラ（蛇）で、不動堅固（sthira）で心地よい（sukha）ものの象徴。同時にハタ・ヨーガで言う「クンダリニー・シャクティ（kuṇḍalinī-śakti、serpent power）」、「ムーラ・アーダーラ（mūla-ādhāra）」（会陰部の第一チャクラ、根本の座）の意味でもある、と。

Ⅱ－４８　tato dvandva-anabhighātaḥ/

（私訳）（アーサナ（坐法）が達成されると）それ以後、（一対の）二元的な障害がなくなる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Thereafter he is unassailed by exremes.

（佐保田訳）その時、行者はもはや、寒熱、苦楽、善悪、遅速等の相対観に悩まされることがない。

（インテ訳）以後その者は、二元性によって乱されることがない。

（シュリー訳）そのとき（修行者は寒暑、苦楽などの）二元性の状況に悩まされない。

Ⅱ－４９　tasmin-sati śvāsa-praśvāsayor-gati-vicchedaḥ prānāyāmaḥ/

（私訳）それ（坐法）に在る時に、吸気と呼気の行き来を制止するのが、プラーナ―ヤーマ（調息）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When there is this［stability of posture］, the restraint of breath cutting off the flow of inspiration and expiration［ follows］.

（佐保田訳）さて、坐りがととのうたところで、調息を行ずる。調息とはあらい呼吸の流れを絶ちきってしまうことである。

（インテ訳）それ【安定した坐法】が得られたならば、呼気と吸気の活動を制御せねばならない。これがプラーナーヤーマ〔調気〕である。

（シュリー訳）それ（坐法）が習得されたあと、吸息と呼息の流れを停止することが調息である。

Ⅱ－５０　bāhya=abhyantara=stambha=vṛttir=deśa=kāla=saṃkhyābhiḥ paridṛṣṭo dīrgha=sūkṣmaḥ/

（私訳）（プラーナーヤーマ（調息）は）外へ（出息）・内へ（入息）・止める（保息）の諸状態があり、場所・時期・数によって案出され、長くて微細なものである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）External or internal or suppressed in fluctuation and is regulated in place and time and number and is protracted and subtle.

（佐保田訳）調息は出息と入息と保息とからなり、空間と時間と数とによって測定され、そして長くかつ細い。

（インテ訳）気息の変化【ヴリッティ】は、内向的・外向的・静止的のいずれかである。それらは時間と部位と数によって調整され、また長・短のいずれかである。

（シュリー訳）調息は、呼息と吸息と止息の流れにより成り、場所と時間と数によって調整され、（呼吸は）長く精妙になる。

Ⅱ－５１　bāhya=abhyantara=viṣaya=ākṣepī cathurthaḥ/

（私訳）外へ（出息）と内へ（入息）の範囲を超えたものが、第四（のプラーナ―ヤーマ（調息））である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The fourth［restraint of the breath］transcends the external and the internal object.

（佐保田訳）第四の調息は、外部及び内部の測定対象を充分に見きわめた後になされる止息である。

（インテ訳）プラーナーヤーマには、内的なあるいは外的な対象に集中しているときに起こる。第四の型がある。

（シュリー訳）第四番目の調息は、外的な対象と内的な対象を超越するものである。

※註２：インド人学匠によれば、出息（呼気）と入息（吸気）の長く微細な修練によって、それに熟達すると、出息（呼気）と入息（吸気）という意識的な方法を超えた、微弱な漸進的停止が可能となる、という。

Ⅱ－５２　tataḥ kṣīyate prakāśa=āvaraṇam/

（私訳）その（調息の）結果、（調息に相応する知識の）輝きの覆いが滅除される。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of this the covering of the light dwindles away.

（佐保田訳）調息を行ずることによって、心のかがやきを覆いかくしていた煩悩が消え去る。

（インテ訳）その結果、内なる光を覆い隠していた面紗（ヴェール）が破壊される。

（シュリー訳）その結果、（心の）光明の覆いが消滅する。

Ⅱ－５３　dhāraṇāsu ca yogyatā manasaḥ/

（私訳）また、マナス（意、知覚統御器官）のダーラナー（凝念）への適応性が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）For fixed attentions also the central organ becomes fit.

（佐保田訳）その外、意（マナス）がいろいろな凝念に堪えられるようになる。

（インテ訳）そして、心がダーラナー〔集中〕への適性を得る。

（シュリー訳）そして心は、（調息を通じて）凝念への適性を発展させる。

Ⅱ－５４　sva=viṣaya=asaṃprayoge citta=sva=rūpa=anukāra iva=indriyāṇāṃ pratyāhāraḥ/

（私訳）諸々の感覚器官にとって、自らの（感覚）対象と結合しない時、心自体の形相と似たもののようになるのが、プラティヤーハーラ（制感）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The withdrawal of the senses is as it were the imitation of the mind-stuff itself on the part of the organs by disjoining themselves from their objects.

（佐保田訳）制感とは、諸感覚器官がそれぞれの対境と結びつかないために、心の自体の模造品のように見える状態をいう。

（インテ訳）諸感覚がその対象から撤退し、いわば心の本質を模倣するとき――それがプラティアーハーラ〔制感〕である。

（シュリー訳）制感とは、諸感覚器官が自らの対象と結び付かず、あたかも心自体に従う状態である。

Ⅱ－５５　tataḥ paramā vaśyatā=indriyāṇām/

（私訳）その結果、諸々の感覚器官の最上の服従（＝統御）が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of this［withdrawal］there is complete mastery of the organs.

（佐保田訳）制感の行法を修習してゆくならば、ついには諸感官に最高の従順さが生ずる。

（インテ訳）それにより、五感に対する無上の統御が得られる。

（シュリー訳）その結果、諸感覚器官は完全に制御される。

第３章　ヴィブーティ（自在力）の章（vibhūti=pāda）

Ⅲ－　１　deśa=bandha=cittasya dhāraṇā/

（私訳）心の（ある）場所への結縛（固定）が、ダーラナー（凝念）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Binding the mind-stuff to a place is fixed-attention.

（佐保田訳）凝念とは、心を特定の場所に縛りつけることである。

（インテ訳）集中とは、心を一つの場所、対象、あるいは観念に縛りつけておくことである。

（シュリー訳）　凝念とは、心を一つの対象に結びつけることである。

Ⅲ－　２　tatra pratyaya=ekatānatā dhyānam/

（私訳）そこ（ダーラナー（凝念）の状態）で、想念が一つの対象に専心相続することが、ドゥヤーナ（静慮）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Focusedness of the presented idea upon that place is contemplation.

（佐保田訳）静慮とは、凝念にひきつづいて、凝念の対象となったのと同じ場所を対象とする想念がひとすじに伸びてゆくことである。

（インテ訳）瞑想とは、そうした対象へ向かう認識の絶え間ない流れである。

（シュリー訳）その対象への途切れ目のない集中の流れが、禅定である。

※註２：『ヨーガ・スートラ』は、「想念が一つの対象に専心的に相続すること（pratyaya=ekatānatā）」が「ドゥヤーナ（静慮）」の特性であると言う。すなわち、対象への一点集中（仏教で言う「止」の状態）が乱れることなく長く続いている状態。

Ⅲ－　３　tad=eva=artha=mātra=nirbhāsaṃ sva=rūpa=śūnyam=iva samādhiḥ/

（私訳）それ（ドゥヤーナ）が、まさに対象（客体）だけが光り輝き、（行者）自身の姿・かたち（主体）が実在しないが如く（非存在に）なるのが、サマーディ（三昧）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）This same［contemplation］,shining forth［in consciousness］as the intended object and nothing more, and, as it were, emptied of itself, is concentration.

（佐保田訳）その同じ静慮が、外見上、その思考する客体ばかりになり、自体をなくしてしまったかのようになった時が、三昧とよばれる境地である。

（インテ訳）三昧とは、〔瞑想という〕形がなくなったかのように、〔瞑想の〕対象のみが輝き出るときの瞑想をいう。

（シュリー訳）瞑想対象のみが輝いて現れ、あたかも瞑想者の自己意識を消失した境地が三昧である。

※註２：「ドゥヤーナ（静慮）」が深まり、一点集中の対象だけが輝き、行者自身は非存在（無）のような意識状態になるのが「サマーディ（三昧）」と言うのだが、Ⅰ－４１～４６では「サマーパッティ（等持）」と「サマーディ（三昧）」が同義だったこととの整合性がない。第一章と第三章とで成立の時期や「サマーディ（三昧）」の内容が異なっていることの一つの表れか。

※註３：ここの「sva=rūpa」は、「本来のかたち（在り方）」ではなく「自身の姿・かたち」とした。

Ⅲ－　４　trayam=ekatra saṃyamaḥ/

（私訳）一つのもの（対象）に（ダーラナー・ドゥヤーナ・サマーディの）三つ（を継続的に修習するプロセス）が、サンヤマ（総制）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The three in one are constraint.

（佐保田訳）以上の三つの行法は、同一の対象に対して行われるから、総称して綜制とよばれる。

（インテ訳）同一の対象についてこれらの三支【集中・瞑想・三昧】がなされることが、サンヤマ〔綜制〕と呼ばれる。

（シュリー訳）一つの対象へのこれら三つの連結は、綜制と呼ばれる。

Ⅲ－　5　taj=jayāt=prajñā=ālokaḥ/

（私訳）その（サンヤマの）達成により、直観智の輝きが生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of mastering this constraint, there follows the shining forth of insight.
（佐保田訳）綜制を克服した時に、真智が輝き出る。
（インテ訳）サンヤマの修了によって、知の光が生れる。
（シュリー訳）その（綜制）達成により、高度な知識の光明が啓示される。

Ⅲ－　6　tasya bhūmiṣu viniyogaḥ/

（私訳）（サンヤマ（総制）は）その（サンヤマのそれぞれの）行地に応じ（て修習され）るべきである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Its application is by stages.
（佐保田訳）綜制の使用は段階を追うて行われなければならない。
（インテ訳）サンヤマは、段階的になされるべきである。
（シュリー訳）それ（綜制）は、段階的に適応されるべきである。

Ⅲ－　7　trayam=antar=aṅgaṃ pūrvebhyaḥ/

（私訳）（サンヤマの）三つは、以前のもの（前の五支則）より内面的な支分である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The three are direct aids in comparison with the previous［five］.
（佐保田訳）綜制に属する三部門は、それまでも部門に比べて、内的な部門である。
（インテ訳）これらの三支【集中・瞑想・三昧】は、それ以前の五支〔禁戒・勧戒・坐法・調気・制感〕よりも内的である。
（シュリー訳）これら三つ（凝念、禅定、三昧）は、先行する部門（禁戒、勧戒、坐法、調息、制感）よりも内的（な実践）である。

Ⅲ－　8　tad=api bahir=aṅgaṃ nirbījasya/

（私訳）それでも、ニルビージャ（無種子（三昧））にとっては外面的な支分である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Even these［three］are indirect aids to seedless［concentration］.
（佐保田訳）しかしこれとても、無種子三昧にとっては、外的部門にすぎない。
（インテ訳）これらの三支さえも、種子のない三昧にとっては外的である。
（シュリー訳）しかしそれら（凝念、禅定、三昧）もまた、無種子三昧に比べて外的部門である。

※註２：Ⅲ－３で、「一点集中の対象のみ輝き、行者自身は非存在（無）のような意識状態になること」と定義された「サマーディ（三昧）」を最終段階に含む「サンヤマ（総制）」が、Ⅰ－５１で「すべての心のはたらきの制止」とだけ説かれる「ニルビージャ・サマーディ（無種子三昧）」の外的な支分だという。この一貫しない「サマーディ（三昧）」の（概念の）説かれ方に、第一章と第三章の成立時期のちがいや「サマーディ（三昧）」の意味のちがいが感じられる。実質的にはそんなにちがわない境地を言っているものと思われるが、『ヨーガ・スートラ』は肝心の「サマーディ（三昧）」を説くのに一貫性がない。

Ⅲ－　９　vyutthāna=nirodha=saṃskārayor=abhibhava=prādurbhāvau nirodha=kṣaṇa=citta=anvayo nirodha=pariṇāmaḥ/

（私訳）覚醒している（以前の）残存印象の抑滅と、制止する残存印象の顕現とにおいて、制止の瞬間と心とが連結するのがニローダ・パリナーマ（制止転変）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When there is a becoming invisible of the subliminal-impression of emergence and a becoming visible of the subliminal-impression of restriction, the mutation of restriction is inseparably connected with mind-stuff in its period of restriction.

（佐保田訳）雑念の行が隠滅して、抑滅の行が顕現する時、その抑滅の刹那と心とが不可分に結びつくことが、抑滅転変といわれるものである。

（インテ訳）普通に生起してくる印象〔サンスカーラ、雑念〕は、抑止の努力の出現によって止滅されるが、今度はそれが新たな心の作用を生み出すことになる。心とこの新たな作用との結合の刹那が、ニローダ・パリナーマ（止滅転変）である。

（シュリー訳）止滅変容とは、（心の）発現する潜在印象を止滅する（別の）潜在印象が制圧して、止滅した瞬間が心に充満することである。

※註２：「ニローダ・パリナーマ（制止転変、nirodha=pariṇāma）」は、インド人学匠によれば、サンヤマ（総制）は内面的な意識集中だが無種子三昧ほど内面的ではない。例えば、ここの内部に意識を集中していた時、突然何か以前の残存印象が復活して心に現われ出てくる（vyutthāna）、それを別な残存印象で制止する（nirodha）、その制止の瞬間に心が結びつくという意味で、まだ残存印象が残っている有種子の段階だと。

Ⅲ－１０　tasya praśānta=vāhitā saṃskārāt/

（私訳）その（制止転変の）静穏の（持続の）流れは、（制止の）残存印象から（くる。）

※註１：参考訳

（Woods 訳）This［mind-stuff］flows peacefully by reason of the subliminal-impression.

（佐保田訳）心の静止状態の持続は、抑滅の行から生ずるのである。

（インテ訳）ニローダ・パリナーマの持続状態は、習慣づけによって確実となる。

（シュリー訳）止滅変容の（持続の）流れは、（繰り返される止滅の）印象によって、堅固になる。

Ⅲ－１１　sarva=arthatā=eka=agratayoḥ kṣaya=udayau cittasya samādhi=pariṇāmaḥ/

（私訳）心の、あらゆる対象（に向っていく）性向が止滅し、一点集中（一境）性が生起する時、サマーディ・パリナーマ（三昧転変）が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The mutation of concentration is the dwindling of dispersiveness and the uprisal of singleness-of-intent belonging to the mind-stuff.

（佐保田訳）雑念状態に見られる、どんな客体にも惹かれるような態度が消えて、心の専念状態が現れるものを、三昧転変という。

（インテ訳）〔心の〕散漫さが減衰し、一点集中が実現すると、サマーディ・パリナーマ〔三昧転変〕が現れる。

（シュリー訳）様々な対象へ向かう（心の）状態が減少し、一点集中が発展する（心の）状態が三昧変容である

※註２：「サマーディ・パリナーマ（三昧転変、samādhi-pariṇāma）」は、同じくインド人学匠によれば、さまざまな対象に向う心の散漫な状態が、サンヤマによって一つの対象だけに集中する状態（eka-agratā、心一境性）に変位すること。

Ⅲ－１２　śānta-uditau tulya-pratyayau cittasya-eka-agratā-pariṇāmaḥ/

（私訳）静穏となった想念と（次に）現出した想念とが等同であることが、心の一境性転変である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Then again when the quiescent and the uprisen presented ideas are similar［in respect of having a single object］, the mind-stuff has a mutation single-in-insaight.

（佐保田訳）一つの消滅した想念と、その次の瞬間に現われる想念とが等似であるのを、心の専念性転変という。

（インテ訳）また、鎮静していく過去の想念と、今まさに生起しつつある想念が一致しているならば、それがエーカーグラター・パリナーマ〔専念転変〕である。

（シュリー訳）そのあとさらに、（集中した）過去の心の状態と現在の心の状態が同等となるとき、それが一点集中変容である。

※註２：「心一境性転変（エーカアグラター・パリナーマ）」は、さらにインド人学匠によれば、サンヤマが深まって、同じ想念が心のなかで次々と現れ出ては消滅する状態のこと。この時、現れ出ることと消滅することの間は瞬間的で時間が短い、と。

Ⅲ－１３　etena bhūta-indriyeṣu dharma-lakṣaṇa-avasthā-pariṇāmā vyākhyātāḥ/

（私訳）これ（以上の転変の説明）によって、物質元素（ブータ）と感覚器官（インドリヤ）とにおける、属性（形色変化）と位相（時間的変化）と状態（質的変化）の諸転変が説かれた。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Thus, with regard to elements and to organs, mutations of external-aspect and of time-variation and of intensity have been enumerated.

（佐保田訳）以上の転変の解説によって、物質元素と感官とに関する法（現象）、時間的位相、様態の三種の転変も説明されたわけである。

（インテ訳）これ【前述した三つのスートラ】によって、物質元素と感覚に関する、目に見える特徴

の転変、時間的要素の転変、および様態の転変についても説明された。

（シュリー訳）これにより、五大要素と知覚器官における現象、時間、状態の三つの変容が説かれた。

※註２：「dharma」は現象態の「属性」（形や色など、目に見える特徴）。「lakṣaṇa」は現象態の「位相」（過去・現在・未来における時間的な変位）。「avasthā」は、現象態の「状態」（質的な状況）。これを、仏教の有部の説という指摘がある（ヤコービ博士）

※註３：ここに言う「dharma（ダルマ）」は、インド哲学で言う「darmin（ダルミン）」（現象態の本性・実体）に対する現象態の属性・特徴で、よく言われるように現象態そのもの（存在、現象、事物事象）ではない。「赤い花」という場合、「赤い」が「dharma」、「花」が「darmin」。この問題は西洋哲学の存在論にも通じる。

Ⅲ－１４　śānta-udita-avyapadeśya-dharma-anupātī dharmī/

（私訳）静まり（過去）、現出し（現在）、未生起の（未来）の（現象態の）属性（ダルマ）に随伴するのが、（現象態の）実体（ダルミン）である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）A substance conforms itself to quiescent and uprisen and indeterminable external-aspects.

（佐保田訳）有法（実体）は、すでに没し去った法（現象）、現に生起している法、未だ限定されない法のすべてに相即して存在する。

（インテ訳）そもそも潜伏状態・生起状態・非顕現状態の諸相を通過していくのは、実体【プラクリティ】なのである。

（シュリー訳）変容の基盤には、休止（過去）と生起（現在）と非顕現（未来）の特性が内在する。

※註２：「ダルミン（dharmin）」、前述。ここは、「ダルマ（dharma）」は過去・現在・未来と姿・かたちを変えて転変し、「ダルミン（dharmin）」＝「実体」はそれに内在して変らないという意味。

Ⅲ－１５　krama-anyatvaṃ pariṇāma-anyatve hetuḥ/

（私訳）（現象態の、法則的な）連続の相違（属性（形色変化）・位相（時間的変化）・状態（質的変化））は、転変の相違について（知ること）の根拠である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The order of the sequence(*krama*) is the reason for the order of the mutations.

（佐保田訳）法の順位が刹那ごとに替ってゆくことは、有法の転変が替ってゆくことの証拠である。

（インテ訳）それらの異なった位相の連なりが、転変の諸段階に相違が存在する理由である。

（シュリー訳）（現象の）連続の相違が、変容の原因である。

※註２：「krama-anyatva」は、インド人学匠によれば、粘土の粉末が粘土になり土器や壷になり、また粉末になるように、現象態には「規則正しい連続」「法則的な連続」に「相違」があるということ。

※「転変の相違（pariṇāma-anyatv）」は、前述（Ⅲ－９～１２）の「三種転変」の「相違」。

Ⅲ－１６　pariṇāma-traya-saṃyamād-atīta-anāgata-jñānam/

（私訳）三つの転変へのサンマヤから、過去と未来の知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon the three mutations［there follows］the knowledge of the past and the future.

（佐保田訳）前に述べた三種の転変に対して綜制をなすならば、過去と未来に関する知が生ずる。

（インテ訳）転変のその三段階にサンヤマ〔綜制〕を施すことによって、過去と未来についての知が生れる。

（シュリー訳）（現象、時間、状態の）三つの変容への綜制により、過去と未来の知識が生じる。

※註２：以下、Ⅲ－４９まで、「サンヤマ（総制）」によって行者に生じる「シッディ（śiddhi）」（超能力、霊能）の例示。

Ⅲ－１７　śabda=artha=pratyayānām=itaretara=adhyāsāt=saṃkaras=tat=pravibhāga=saṃyamāt=sarva=bhūta=ruta=jñānam/

（私訳）言葉と（その）意味と想念（表象内容）が互いに踏み入ることから混乱があり、その分離（区別）へのサンヤマから、すべての物質元素の音の知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Word and intended -object and presented-idea are confused because they are erroneously identified with each other. By constraint upon the distinctions between them［there arises the intuitive］knowlrdge(*jñāna*) of the cries of all living beings.

（佐保田訳）言葉と、言葉の表示する客体と、言葉の表象内容とを混同するために、混乱が起きている。これら三者の区別に綜制をほどこすことによって、あらゆる生きものの叫び声の意味がわかる。

（インテ訳）普通は、語と、その意味と、その語の表象内容が重なり合っているために、混乱が生ずる。いかなる生類により創られた言葉【音】でも、それにサンヤマを施すことによって、それが意味する知識を獲得することができる。

（シュリー訳）音（言葉）と（その）対象と想念は、相互の同一視により混乱している。それらの相違への綜制により、あらゆる生きものが発声する音の意味が理解できる。

※註２：「bhūta」は、『ヨーガ・スートラ』においては「物質元素」のことであるが、インド人学匠によれば、ここは「生きもの」と言う。私は敢えて「物質元素」の「音」としたが、「生きもの」を含む「（すべての）存在物」でもよい。

Ⅲ－１８　saṃskāra=sākṣāt=karaṇāt=pūrva=jāti=jñānam/

（私訳）（サンヤマによる）残存印象を眼前でつぶさに見て取ることから、前生の知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of direct-perception of subliminal impressions there is［intuitive］knowledge of previous birth.

（佐保田訳）綜制の適用によって、行を直観するならば、前生のことがわかる。

（インテ訳）サンヤマを通じて自らの心的印象〔サンスカーラ〕を直観することにより、前生についての知識が得られる。

（シュリー訳）過去の印象を（綜制によって）直接知覚すれば、前生の知識を得る。

※註２：「眼前でつぶさに見て取る（sākṣāt=karaṇa）」は、『梵和辞典』によれば「見」「証」「作証」、周辺語に「証得」「取証」がある。原語「sākṣāt=kṛ」は「眼で見る」「悟る」の意。諸和訳は「直観」としているが、原意が「眼を以て見る」「眼前で見る」の「sākṣāt=karaṇa」を五感を超えた「直観」と訳すのはどうか。「残存印象（サンスカーラ、saṃskāra）」は、五感を超えた「直観」で証悟するものだろうか。

Ⅲ－１９　pratyayasya para=citta=jñānam/

（私訳）（他人の）想念（へのサンヤマ）には、他人の心についての知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）［As a result of constraint］upon a presented-ideas［there arises intuitive］knowledge of the mind-stuff of another.

（佐保田訳）綜制を以て、他人の想念を直観することによって、他人の心を知ることができる。

（インテ訳）他人の身体の目立った特徴にサンヤマを施すことによって、その人の想念を知ることができる。

（シュリー訳）想念への綜制により、他人の心を知ることができる。

Ⅲ－２０　na ca tat=sālambanaṃ tasya=aviṣayī=bhūtatvāt/

（私訳）しかし、それ（他人の心についての知識）は（想念の範囲だけで、その想念の）縁り所（所縁）は伴ってはいない。その（サンヤマの）対象とならないことから。

※註１：参考訳

（Woods 訳）But［the intuitive knowledge of the presented-idea of another］does not have that［idea］together with that upon which it depends［as its object］, since that upon which it depnds is not-in-the-field［of consciousness］.

（佐保田訳）ただし、その知識は他人の想念の対象までも含んでいるわけではない。この知識の範囲は想念だけにとどまり、対象には及ばないからである。

（インテ訳）だがそれは、その人の心の中でその想念を支えているもの【たとえばその思いの背後にある動機等】にまで及ばない。それはそのサンヤマの対象とはならないからである。

（シュリー訳）しかし（他人の想念の）原因を知ることはできない、それは（綜制の）対象とはならないからだ。

※註２：「aviṣayī=bhūtatva」の原語は、「viṣayī=BHū」で「対象となる」「～の範囲内に入る」

Ⅲ－２１　kāya=rūpa=saṃyamāt=tad=grāhya=śakti=stambhe cakṣuḥ=prakāśa=asaṃprayoge ’ntardhānam/

（私訳）（自分の）身体の形色へのサンヤマから、それを（他人が）感知する力を抑止し、（他人の）目の光に接触しない時、（身体が）消えて見えなくなる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon the［outer］form of the body, when its power to be

known is stopped, then as a consequence of the disjunction of the light and of the eye there follows indiscernibility［of the yogin's body］.

（佐保田訳）自己の肉体の形態に綜制をなすことによって、形態が他人に見られる能力が抑えられ、他人の眼の照明と出会うことができなくなる時、ヨーギーのからだは誰にも見えなくなる。

（インテ訳）自らの身体の形態にサンヤマを施し、観察者の眼の光を遮ってその認知能力を阻止すると、身体を見えなくすることができる。

（シュリー訳）身体の形態に綜制を行えば、（他者の） 目と光との接触が停止し、身体が見えなくなる。

ここに次の偈文を出すテキストがある

etena śabda=ādy=antardhānam=uktam/

（私訳）これ（以上）によって、音（聴覚）などが消えてなくなることも説かれた。

Ⅲ－２２　sopakramaṃ nirupakramaṃ ca karma tat=saṃyamād=apara=anta=jñānam=ariṣṭebhyo vā/

（私訳）宿業（カルマ）は、速やかに現われるものと速やかに現われないものがある。それ（宿業）へのサンヤマから、あるいは（死の）前兆（へのサンヤマ）から、死期（終末、未来世）の知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Advacing and not-advancing is karma; as a result of constraint upon this［two-fold karna］or from the signs of death［there arises an intuitive］knowledge of the latter end.

（佐保田訳）業には業果を発現する条件のそろったのと、未だそろっていないのとがある。それで、自己の業に綜制を向けることによって死期を知ることができる。もっとも、死期はいろいろな前兆によっても知ることはできるが。

（インテ訳）カルマには、速やかに発現するものと、徐々に発現するものとの二種類がある。それらに、あるいは死の前兆にサンヤマを施すことによって、死期を知ることができる。

（シュリー訳）行為は迅速か遅い結果をもたらす、それらの行為または前兆への綜制により死期を知る。

Ⅲ－２３　maitry=ādiṣu balāni/

（私訳）慈愛など（へのサンヤマ）において、（それらの）実行力が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）［As a result of constraint］upon friendliness and other［sentiments there arises］powers［of friendliness］.

（佐保田訳）慈などの情操に綜制を向けることによって、種々の力を発揮することができる。

（インテ訳）友愛やその他の徳性にサンヤマを施すことによって、それらを伝播させる力を得る。

（シュリー訳）友愛その他（同情、善意）への綜制により、それらの力を獲得する。

※註２：「慈愛など（maitry=ādi）」は、前述（Ⅰ－３３）の「四無量（心）」

Ⅲ－２４　baleṣu hasti=bala=ādīni/

（私訳）諸々の（動物の）力（へのサンヤマ）には、象などの（強い）力が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）［As a result of constraint］upon powers［there arises］powers like those of an elephant.

（佐保田訳）象などの力に綜制を向けると、それらの力に等しい力が身に現われる。

（インテ訳）象その他の動物の強さにサンヤマを施すことによって、それらの強さを得ることができる。

（シュリー訳）象やその他の力への綜制により、それらの力を獲得できる。

Ⅲ－２５　pravṛtty=āloka=nyāsāt=sūkṣma=vyavahita=viprakṛṣṭa=jñānam/

（私訳）（静穏な心に）顕現する白く輝く光を（サンヤマによって）当てることから、微細なもの・隠されたもの・遠く隔たったものの知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of casting the light of a sense-activity［there arises the intuitive］knowledge of the subtile and the concealed and the obscure.

（佐保田訳）綜制を使って、心の発現にそなわる光をあてることによって、どんなに微細なものでも、人目につかぬところにかくされているものでも、はるか遠くにあるものでも知ることができる。

（インテ訳）内なる光へのサンヤマによって、微細なもの、秘匿されたもの、遠方のものを知ることができる。【たとえば、原子のように微細なもの、隠された財宝、遠隔の地など】。

（シュリー訳）高度な知覚の光の投射により、精妙なもの、隠蔽されたもの、遠隔のものの知識を獲得する。

※註２：Ⅰ－３６で説かれた「心のなかで白く輝く光」。

Ⅲ－２６　bhuvana=jñānaṃ sūrye saṃyamāt/

（私訳）太陽へのサンヤマから、（七つや十四の）世界（宇宙）を知る。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon the sun［there arises the intuitive］knowledge Of the cosmic-spaces(*bhuvana*).

（佐保田訳）太陽に対して綜制を向けることによって、宇宙を知る力が現れる

（インテ訳）太陽にサンヤマを施すことによって、太陽系全体を知ることができる。

（シュリー訳）太陽への綜制により太陽系の知識を獲得する。

※註２：「bhuvana」は、梵和辞典では「存在」「生物」「世界」「地界」、（三、七、十四の世界）「宮」といった意味であるが、インド人学匠によれば「宇宙」「太陽系」と言う。宇宙は上方に七つ、下方に七つ、の十四の世界から成っていて、それぞれ人間の身体（小宇宙）の十四の境域を象徴している、とか、上方の七つ（天上界）にはハタ・ヨーガで言う七つのチャクラがあり、太陽系のような相互関係で成り立っている、と。

Ⅲ－２７　candre tārā=vyūha=jñānam/

（私訳）月への（サンヤマから）、星の配置の知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）[As a result of constraint] upon the moon [there arises the intuitive] knowledge of the arrangement of the stars.

（佐保田訳）月に対して綜制を向けることによって、星の配置を知ることができる。

（インテ訳）月にサンヤマを施すことによって、星の配置を知ることができる。

（シュリー訳）月（への綜制）により、星の配置の知識を獲得する。

Ⅲ－２８　dhruve tad=gati=jñānam/

（私訳）北極星への（サンヤマから）、その運行を知る。

※註１：参考訳

（Woods 訳）[As a result of constraint] upon pole-star [there arises the intuitive] knowledge of their movements.

（佐保田訳）北極星に対して綜制を向けることによって、その他の星の運行を知ることができる。

（インテ訳）北極星にサンヤマを施すことによって、星の運行を知ることができる。

（シュリー訳）北極星（への綜制）により、星々の運行の知識を獲得する。

Ⅲ－２９　nābhi=cakre kāya=vyūha=jñānam/

（私訳）臍輪への（サンヤマから）、身体の配置（仕組み）の知識が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）[As a result of constraint] upon the wheel of the navel [there arises the intuitive] knowledge of arrangement of the body.

（佐保田訳）臍輪に綜制をほどこすことによって、体内の組織を知ることができる。

（インテ訳）臍の神経叢にサンヤマを施すことによって、身体の構造を知ることができる。

（シュリー訳）臍（への綜制）により、身体組織の知識を獲得する。

※註２：「臍輪（nābhi=cakra）」は、ハタ・ヨーガでも言う「マニプーラ・チャクラ（maṇipūra=cakra）」。チャクラを表す図絵では行者の臍（へそ）のあたりに、通常十の青い蓮弁や赤い三角形で描かれる。

Ⅲ－３０　kaṇṭha=kūpe kṣut=pipāsā=nivṛttiḥ/

（私訳）喉の穴への（サンヤマから）、飢えと渇きの消滅がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）[As a result of constraint] upon the well of the throat [there arises the intuitive] cessation of hunger and of thirst.

（佐保田訳）喉の井に綜制すれば、飢と渇を消すことができる。

（インテ訳）喉の奥にサンヤマを施せば、飢えを渇きが止まる。

（シュリー訳）喉のくぼみ（への綜制）により、飢えと渇きが停止する。
※註２：「喉の穴（kaṇṭha-kūpa）」は、口の奥の気道の入口より下部の気道・食道孔。

Ⅲ－３１　kūrma-nāḍyāṃ sthairyam/

（私訳）亀の（形の）脈管への（サンヤマから）、（坐法の）固定がしっかりする。

※註１：参考訳
（Woods 訳）［As a result of constraint］upon the tortoise-tube［there follows］motionlessness［of the mind-stuff］.
（佐保田訳）亀の管に対して綜制をなすならば、堅忍性が得られる。
（インテ訳）クールマ・ナーディー【喉の下方にある、亀の形をした精妙な管】にサンマヤを施すことによって、瞑想の坐位の不動性が達成される。
（シュリー訳）クールマ・ナーディー（への綜制）により、身心の不動性を獲得する。
※註２：「nāḍī」（脈管）は、ハタ・ヨーガで顕著になる気道・気管のことで、人間の身体の中心部分を会陰部の下（ムーラ・アーダーラ）から頭頂（サハスラーラ）にまっすぐ通る「スシュムナー」と、その左右から「スシュムナー」にねじれるようにからんで立ち上がる「イダー」（右）と「ピンガラー」（左）のなかを、途中七つの「チャクラ」を通過しながら、「プラーナ」（呼気・吸気、生命のエネルギー）が流れる。
※註３：「kūrma-nāḍī」は、インド人学匠によれば、喉のくぼみの下にある亀の形をした脈管で、上記の「プラーナ」の補助プラーナと言われる五つの「ウパプラーナ（ウパヴァーユ）」の一つ「クールマ」が通る。

Ⅲ－３２　mūrdha-jyotiṣi-siddha-darśanam/

（私訳）頭頂の光明への（サンヤマから）、超能力をもつ聖者（神人）の内観が得られる。

※註１：参考訳
（Woods 訳）［As a result of constraint］upon the radiance in the head［there follows］the sight of the Siddhas.
（佐保田訳）頭の中の光明に綜制を向けるならば、神霊たちを見ることができる。
（インテ訳）脳天の光【サハスラーラ・チャクラ】にサンヤマをなすことによって、神人たちのヴィジョンが得られる。
（シュリー訳）頭頂の光に（綜制を行うと）　神霊たちの霊的映像を見る。
※註２：「頭頂（mūrdha）」は、インド人学匠によれば、ハタ・ヨーガでも言う「サハスラーラ・チャクラ（sahasrārā-cakra）」で、シヴァ神の居処。「クンダリニー（kuṇḍalinī）」がここまで上昇した時行者はシヴァ神と合一する。チャクラを表す図絵では行者の頭頂に千の紫色の蓮弁や輝く光で描かれる。
※註３：「siddha」は、ここでは「成就者」「超能力をもつ聖者」「神通力を有する神人」の意。
※註４：「内観（darśana）」の原意は、「～を凝視すること」「見ること」「観察」「知覚」。

Ⅲ－３３　prātibhād-vā sarvam/

（私訳）あるいは、（霊的な）直観（能力）からも一切を（見ることができる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Or as a result of vividness(*prātibha*)［the yogin discerns］all.
（佐保田訳）或は照明智によっても、すべてのことを知ることができる。
（インテ訳）また、【純粋な生活を通じて】自発的に開花する知の中で、すべての力はおのずから訪れる。
（シュリー訳）あるいは、霊的直観知により（ヨーギは）全てを（知る）。
※註２：「直観（知）（prātibha）」は、インド人学匠によれば、別に「救度者（ターラカ、tāraka）」と言われ、識別知の前の段階の霊的な直観能力、霊感を言う。

Ⅲ－３４　hṛdaye citta=saṃvit/

（私訳）心臓への（サンヤマから）、心の意識が生じる。

※註１：参考訳
（Woods 訳）［As a result of constraint］upon the heart［there arises］a consciousness of the mind-stuff.
（佐保田訳）心臓に綜制を向けることによって、心を意識することができる。
（インテ訳）心臓にサンヤマをなすならば、心の働き〔チッタ〕を知ることができる。
（シュリー訳）心臓への（綜制により）心の知識を獲得する。
※註２：「心臓（hṛdaya）」は、インド人学匠によれば、ハタ・ヨーガでも言う「アナーハタ・チャクラ（anāhata=cakra）」のこと。チャクラを表す図絵では行者の心臓部に、通常十二の金色の蓮弁の赤蓮花で描かれ、そのなかに「六芒星」（星型多角形）がある。
※註３：「心の意識（citta=saṃvit）」は、同じくインド人学匠によると、プルシャの拠り所である心臓（この場合、臓器としての心臓ではなく蓮花に表象された抽象的な心臓（「アナーハタ・チャクラ」））は知識の座であり、そこへのサンヤマによって今まで意識の表層になかった「心（citta）」の実相が意識の表層に現出する、その現象と「心（citta）」がつながる時それが「citta=saṃvit」である、と。

Ⅲ－３５　sattva=puruṣayor=atyanta=asaṃkīrṇayoḥ pratyaya=aviśeṣo bhogaḥ para=arthatvāt=

sva=artha=saṃyamāt=puruṣa=jñānam/

（私訳）完全に混じり合わない（グナの）サットヴァ（純質）とプルシャの、想念における差異がない（二つを同じだと混同する）のが経験である。他（プルシャ）のためにあること（サットヴァ）から（離れて）自己のためにあること（プルシャ）へのサンヤマから、プルシャの知識が得られる。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Experience is a presented-idea which fails to distinguish the *sattva* and the Self, which are absolutely uncommingled［in the presented-idea］, Since the *sattva* exisits as object for another, the［intuitive］knowledge of th Self arises as the result of constraint upon that which exisits for its own sake.
（佐保田訳）サットヴァと真我とは、絶対に混合しないのに、両者が想念に於て混同されている状態が経験とよばれるものである。自己以外のもの（真我）のためにあるところのサットヴァを捨てて、自己のためにのみある真我に向って綜制をなす時、真我の智が生ずる。
（インテ訳）知性〔サットヴァ〕とプルシャ（あるいはアートマン・真我）とはまったく別のもので

あり、知性がプルシャのために存在するのに対して、プルシャはそれ自身のために存在する。これを峻別しないことがあらゆる経験をもたらす原因であって、この区別にサンヤマを行うことによって、プルシャの知が現れる。

（シュリー訳）経験とは、完全に異なる認識知性と純粋精神を混同する結果である。経験は純粋精神のために存在するので、その経験主体への綜制により純粋精神の知識は獲得される。

Ⅲ－３６　tataḥ prātibha=śrāvaṇa=vedanā=darśa=āsvāda=vārtā jāyante/

（私訳）それ（プルシャへのサンヤマ）から、（霊的な）直観（能力）と（超常的な）聴覚・触覚・視覚・味覚・嗅覚が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a resaulut of this［contraint upon that which exists for its own sake］, there arises vividness and the organ-of-［supernal］-hearing and the organ-of-［supernal］-feeling and the organ-of-［supernal］-saight and the organ-of-［supernal］-taste and the organ-of-［supernal ］-smell.

（佐保田訳）この真我への綜制から照明智、ならびに超自然的な聴覚、触覚、視覚、味覚、嗅覚が生ずる。

（インテ訳）この知から、自然に起こる直観を通して超自然的聴覚・触覚・視覚・味覚・嗅覚が生ずる。

（シュリー訳）それ（純粋精神の綜制）から、高度な直観、聴覚、触覚、視覚、味覚、嗅覚が生じる。

※註２：ヴヤーサの『バーシュヤ』をはじめ、インド人学匠によれば、（霊的な）直観（能力）・聴覚・触覚・視覚・味覚・嗅覚は超自然的・神聖なもので、（霊的な）直観（能力）は過去・未来の予知を可能にし、聴覚は神聖な音を聴き、触覚は神聖な触感をもたらし、視覚は神聖な光を見、味覚は神聖な味を味わい、嗅覚は神聖な芳香を嗅ぐ、という。

※註３：註釈によっては、「（霊的な）直観（能力）（prātibha）」を超自然的能力という意味での「高度な」と言うものがあるがいま一つわからない。私は「（霊的な）直観（能力）による」とした。あるインド人学匠の「直観による理解の自己照明の光を通じて、一般的な知覚領域を超えた、聴覚、触覚、視覚、味覚、嗅覚の神聖な知覚力が自然に生じる」に同意である。

※註４：仏教に、止観行で「止」から「観」の状態に移行した際に得られる超常的な境地＝「六神通」（abhijñā、神足通・天耳通・他心通・宿命通・天眼通・漏尽通）がある。

Ⅲ－３７　te samādhau=upasargā vyutthāne siddhayaḥ/

（私訳）それら（超自然的五感）は、サマーディ（三昧）においては妨げであり、（サンヤマを終えた）出定後において（覚醒している時）は超能力である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）In concentration these［supernal activities］are obstacles; in the emergent state they are perfections(*siddhi*).

（佐保田訳）これまで述べてきたような、綜制の諸結果は、三昧にとっての障害である。雑念にとっては、霊能であるが。

（インテ訳）これら【超自然的感覚】は、【ニルビージャ】サマーディにとっては障害であるが、世俗的追及においてはシッディ【力、霊能】である。

（シュリー訳）それら（超自然能力）は三昧にとっては障害であり、外界意識にとっては心霊能力である。

※註２：「vyutthāna」は、「覚醒」「出（定）」の意味から私は「（サンヤマを終えた）出定後」（覚醒している時）ととった。

Ⅲ－３８　bandha=kāraṇa=śaithilyāt=pracāra=saṃvedanāc ca cittasya para=śarīra=āveśaḥ/

（私訳）（心と身体の）結縛の原因をゆるめることから、また（それによって）心の動きを感知することから、（心が）他人の身体に侵入することがある（可能になる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of slakening the causes of bondage and as a result of the consciousness of the procedure［of the mind-stuff］, the mind-stuff penetrates into the body of another.

（佐保田訳）綜制の修習によって心を体内に縛りつけている原因が弱まり、他方では心の運行する道筋が明らかとなるから、心は他人の身体のなかへはいりこむことができる。

（インテ訳）【心を身体に縛りつけている】原因を解くことによって、また、心の働きのしくみを知ることによって、他人の身体に進入することができる。

（シュリー訳）（心の）束縛の原因を解き、（心の）通路の知識により、心は他人の身体に侵入する。

※註２：「心の動きを感知する（pracāra=saṃvedana）」は、インド人学匠によれば、「心」が他人の身体に侵入するナーディー（脈管）を知ること。ここで言う「心」とは、スークシュマ・シャリーラ（sūkṣma=śarīra、微細身、生気体、プラーナ、知性）を言う。

※註３：「他人の身体への侵入（para=śarīra=āveśa）」は、同じくインド人学匠によれば、高度な超能力。サンヤマを通じて心と身体の結縛の原因（肉体への愛着、苦痛、老化、病気、死の恐怖、煩悩など）が弱まると、上記の「心」（＝スークシュマ・シャリーラ）がストゥーラ・シャリーラ（sthūla=śarīra、粗大身、肉体、物質）から分離して出てゆき、他人のナーディー（脈管）を通じて他人の身体に入る、と言う。

※註４：仏教で言う「六神通」の「他心通」と共通している。

Ⅲ－３９　udāna=jayāj=jala=paṅka=kaṇṭaka=ādiṣu=asaṅga utkrāntiś ca/

（私訳）ウダーナ気の制御から、水・泥水・トゲなどに妨げられず、また（死の時には、肉体から）脱出できる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of subjugating the *Udāna* there is no adhesion to water or mud or thorns or similar objects, and［at death］the upward flight.

（佐保田訳）綜制の修習によって、ウダーナ気を克服したならば、水、泥、棘などにわずらわされず、また容易にそこから脱出することができる。

（インテ訳）ウダーナ気【上向きの生命の気】を支配することによって、水、沼沢、イバラなどの上に浮揚することができる。そして意のままに肉体を離れることができる。

（シュリー訳）ウダーナの支配により、水、泥、棘その他に妨害されず、自らの意志で肉体を去る。

※註２：「ウダーナ（udāna）」は、五つの「プラーナ（prāṇa）」（パンチャ・プラーナ、五気）の一つで上方に向う生命の気。パンチャ・プラーナは、

プラーナ（prāṇa）：頭頂から臍にかけてはたらく。火元素優位で軽く、上方に向う。発声・食物の胃への送りを助ける。以下の四つに変化しながら身体全体を移動する。

アパーナ（apāna）：臍から会陰部の間で機能する。地元素優位で重く、下方に向う。排泄・排出・腸内の分泌などを助ける。下息。

サマーナ（samāna）：心臓から臍にかけてはたらく。水元素優位で、軽く冷たい。胃や十二指腸や肝臓や小腸の消化・分泌を助ける。

ウダーナ（udāna）：喉から頭頂にかけてはたらく。風元素優位で、立つ・話す・努力・熱意・意思の成長など、高次の機能を担当する。ウダーナを調御することで身体が軽くなる。上風。

ヴィヤーナ（vyāna）：空元素優位で、全身すべてに行き渡り、細胞へ栄養を運び、血液の循環を整え、感情や思考や知覚神経のバランスを良くする。

※註２：「水・泥水・トゲなどに妨げられず（jala=paṅka=kaṇṭaka=ādiṣu=asaṅga）」は、インド人学匠によると、「ウダーナ」を制御すると身体が軽くなり、水の上を歩き、泥やトゲを避けて歩くことができる。また、「ウダーナ」は、死ぬ時にスークシュマ・シャリーラ（微細身、生気体、プラーナ、知性）を肉体から解放する（「utkrānti」）、と言う。

※註３：仏教で言う「六神通」の「神足通」と共通している。

Ⅲ－４０　samāna=jayāj=jvalanam/

（私訳）サマーナ気の制御から、火焔のような輝きが（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of subjugating the *Samāna*［there arises］a radiance

（佐保田訳）サマーナ気を克服するならば、身体から火焔を発することができる。

（インテ訳）【生命の気を均等化する】サマーナ神経流を支配することによって、身体が光輝に包まれる。

（シュリー訳）サマーナの支配により、（そのヨーギの身体が）輝く。

※註２：「火焔のような輝き（valana）」は、インド人学者によれば、行者の身体から放たれる超肉体的なオーラのこと。「サマーナ」は消化器系の消化・分泌の火を燃やし、身体の中央部を熱くする、と。

Ⅲ－４１　śrotra=ākāśayoḥ saṃbandha=saṃyamād=divyaṃ śrotram/

（私訳）耳と虚空との結びつきへのサンヤマから、神聖な（ものを聴く）聴覚が（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon the relation between the organ-of-hearing, and the air(*ākāśa*), ［there arises］the supernal organ-of-hearing.

（佐保田訳）聴覚器官と虚空との結びつきに綜制をほどこすことによって、天耳通が得られる。

（インテ訳）耳と虚空との関係にサンヤマをなすことによって、超常的な聴覚が得られる。

（シュリー訳）耳と虚空の関係への綜制により、神聖な聴覚を獲得する。

※註２：虚空は音が響き渡る、あるいは音を伝える広大な空間。その空間を音が響き渡ることへのサンヤマによって、インド人学匠によれば、超物質的で微細な音波をとらえることができる、と言う。

※註３：仏教で言う「六神通」の「天耳通」と共通している。

Ⅲ－４２　kāya=ākāśayoḥ saṃbandha=saṃyamāl=laghu=tūla=samāpatteś=ca=ākāśsa=gamanam/

（私訳）身体と虚空との結びつきへのサンヤマから、また軽い綿へのサマーパッティから、虚空を行くことが（できる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Either as a result of constraint upon relation between the body and the air (ākāśa), or(ca) as the result of the balanced-state of lightness, such as that of the cotton-fibre, there follows the passing through air.

（佐保田訳）肉体と虚空との結びつきに綜制を施すか、または、軽い糸くずに定心を向けることによって、虚空を歩くことができる。

（インテ訳）身体と虚空との関係にサンヤマをなすことによって、綿の繊維のように軽くなり、かくして虚空を飛ぶことができる。

（シュリー訳）身体と虚空の関係への綜制により、そして綿の軽さと心の融合により、（ヨーギは）虚空を行くことができる。

※註２：「虚空を行く（ākāśsa=gamana）」は、インド人学匠はジャイナ教で言う「空中飛行」を言う。

※註３：これも仏教で言う「六神通」の「神足通」に同じ。

Ⅲ－４３　bahir=akalpitā vṛttir=mahā=videhā tataḥ prakāśa=āvaraṇa=kṣayaḥ/

（私訳）（身体の）外での、想像ではない（心の）はたらきが、マハー・デーヴァ（大離脱身）である。それに（対するサンヤマに）よって（プルシャの）輝きの覆いが消滅する。

※註１：参考訳

（Woods 訳）An outwardly un-adjusted fluctuation is the Great Discarnate; as a result of this the dwindling of the covering to the brightness.

（佐保田訳）定中にあって、心のはたらきが、想像上ではなく、実際に身体の外でなされている時には、そのはたらきは大脱身とよばれる。これがなされる時には、心の光照をおおういろいろな障害が無くなる。

（インテ訳）身体の外にあって【マハー・ヴィデーハ、大脱身】〔身体によっては〕確認ができない想念波動にサンマヤを施すことによって、真我の光を覆う面紗（ヴェール）が破壊される。

（シュリー訳）大離脱身と呼ばれる肉体の外の心への綜制により、光の覆いが消滅する。

※註２：「（身体の）外（bahi）」「大離脱身（mahā=videha）」は、想像上ではなく、実際に身体を離脱した意識の集中。普遍心。

Ⅲ－４４　sthūla=svarūpa=sūkṣma=anvaya=arthavattva=saṃyamād=bhūta=jayaḥ/

（私訳）（物質元素の）粗大（性）・自体の形色・微細（性）・（グナとの）相関（性）・目的性へのサンヤマから、物質元素（五大元素）の制御が（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon the coarse(*sthūla*) and the essential-attribute(*sva=rūpa*) and the subtile(*sūkṣma*) and the inherence(*anvaya*) and the purposivences(*artha=vattva*), there is a subjugation of the elements.

（佐保田訳）五つの物質元素の粗い面、その本質的な面、その原因たる微妙な五唯の面、それに内在する三徳の面、それの宇宙的合目的性の面などに順次に綜制をほどこすならば、五つの物質元素を克服することができる。

（インテ訳）粗大および微細な元素と、それらの本質、相関性、その目的にサンヤマを施すことによって、それらの元素に対する支配が得られる。

（シュリー訳）（五大要素の）粗大性、属性、精妙性、相互作用性、目的性への綜制により、（ヨーギは）五大要素を支配する。

Ⅲ－４５　tato ’ṇimā=ādi=prādurbhāvaḥ kāya=saṃpat=tad=dharma=anabhighātaś=ca/

（私訳）それ（物質元素の調御）によって、（身体を原子のように小さくする）微小化などが出現し、身体が完全な状態になり、またその（身体の）現象態としての属性（かたち、色など）にも有害な結果がない。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of this, atomization(*aṇiman*) and the other［perfections］come about; ［there is］perfection of body; and there is no obstruction by the properties of these［elements］.

（佐保田訳）五元素を支配するようになれば、身体を縮小するなどの自在力が現われ、また肉体が完全になり、そして肉体の諸性能はなにものにも破壊されなくなる。

（インテ訳）それにより、アニマその他のシッディ〔霊能〕がもたらされ、身体の完成が遂げられて、諸元素の影響による身体機能の妨げを受けなくなる。

（シュリー訳）それにより（ヨーギは）、微小化その他の能力や身体の完全性を獲得し、五大要素には妨害されない。

※註２：「微小化など（aṇimā=ādi）」は、「物質元素（bhūta）」の制御による三つの結果のうち、その第一の八つの超能力（aṣṭa=siddhi、八大神通力）で、アニマー（aṇimā、身体の微小化）・マヒマー（mahimā、同、巨大化）・ラギマー（laghimā、同、軽量化）・ガリマー（garimā 同、重量化）・プラープティ（prāpti、どこへでも行ける力）・プラーカーミヤ（欲望をすべてものにする力）・イーシトヴァ（iśitva、五大元素の現出と抑滅及び配列などが自分の意志でできる能力）・ヴァシトヴァ（vaśitva、五大元素の制御と、他人に支配されない能力）。

Ⅲ－４６　rūpa=lāvaṇya=bala=vajra=saṃhananatvāni kāya=saṃpat/

（私訳）見た目も良く・優美で、力強く、ダイヤモンド（金剛石）のように堅固（強靭）なことが、身体の完全になった状態である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Beauty and grace and power and the compactedness of the thunderbolt,－［this is］perfection of body.

（佐保田訳）肉体の完全さとは、端麗、優雅、強力、金剛不壊の強靭さを言う。

（インテ訳）端麗。優雅、強靭、金剛石のごとき堅固頑丈さが、身体的完成である。

（シュリー訳）身体の完全性とは、優美な形、魅了する力、強い活力、金剛の堅固さである。

Ⅲ－４７　grahaṇa=svarūpa=asmitā=anvaya=arthavattva=saṃyamād=indriya=jayaḥ/

（私訳）（感覚器官の）知覚作用と（感覚器官）本来のかたち（在り方）と自我意識とその相関性・目的性へのサンヤマから、感覚器官の制御が（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon the process-of-knowing and the essential-attribute and the feeling-of-personality and the inherence and the purposiveness, ［there folloes］ the subjugation of the organs.

（佐保田訳）諸感官の把握作用、その本質、それらのすべてと結びついている我想、それに内在する三徳、それの宇宙的合目的性等に綜制するならば、諸感官を克服することができる。

（インテ訳）自身の認知能力や生来の特徴、また自我意識と感覚器官の目的との相関にサンヤマを施すことによって、これらに対する支配が得られる。

（シュリー訳）（感覚器官の）知覚作用、感覚器官の本性、自我、それらの関係性と目的への綜制により、感覚器官を支配する。

Ⅲ－４８　tato mano=javitvaṃ vikaraṇa=bhāvaḥ pradhāna=jayaś ca/

（私訳）それ（感覚器官の制御）によって、マナス（意識統御器官）のような迅速性と、感覚器官を離れた状態と、物質的根本原理（プラダーナ＝プラクリティ）の制御が（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of this［there follows］speed［great as that］of the central-organ, action of the instruments of ［knowledge］disjunct［from the body］, and the subjugation of the primary-cause.

（佐保田訳）諸感官を克服し得たならば、意（マナス）の如き速い運動、感官を離れてものを知り得る能力、世界の根元を支配する力が現われる。

（インテ訳）それにより身体は、心と同じ速さで動く力、感覚器官の援助なしに機能する能力、そして根本原因【プラクリティ】に対する完全な支配力を獲得する。

（シュリー訳）その結果、（ヨーギは）心の速さ（で肉体を動かす能力を獲得し）、肉体なしに（どんな場所、時間、対象物でも）知覚と行為が可能となり、根本原質を支配する。

※註２：ヴヤーサの『バーシュヤ』やインド人学匠の註釈によれば、「マナスのような迅速性」とは、肉体が最速の動きを獲得すること。「感覚器官を離れた状態」とは、感覚器官の活動が（肉体なしに）、欲するどんな場所、時間、どんな対象にでも働くこと。行者はいかなる感覚器官も必要とせず、それを超越していること。「物質的根本原理（プラダーナ＝プラクリティ）の制御」とは、原初の根源成分とその権限の支配ということ。

Ⅲ－４９　sattva=puruṣa=anyatā=khyāti=mātrasya sarva=bhāva=adhiṣṭhātṛtvaṃ sarva=jñātṛtvaṃ ca/

（私訳）（ブッディの）サットヴァとプルシャのちがいを識別する者だけに、一切の存在の支配者たることと一切の知者たることが（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）He who has only the full discernment into the difference between the *sattva* and

the Self is one who has authority over all states-of-existence and is one who knows all.

（佐保田訳）覚と真我を弁別する英智に徹したならば、すべての世界の支配者たる力と、一切の事象を知る力とが生ずる。

（インテ訳）サットヴァ【純粋な知性】と真我との相違を認識することによって、存在のあらゆる様態と形式に対する至上位【全能】を得る――それが全知である。

（シュリー訳）認識知性と純粋精神の相違の認識が達成されると、（ヨーギは）全ての状態の支配と全ての知識を獲得する。

Ⅲ－５０　tad=vairāgyād=api doṣa=bīja=kṣaye kaivalyam/

（私訳）それ（超能力）への離欲からでも、罪業の種子が消滅する時、独存（カイヴァルヤ）が（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of passionlessness even with regard to these［perfection］there follows, after the dwindling of the seeds of the defects, Isolation.

（佐保田訳）このような秀れた霊能に対してさえも喜びの心を抱かなくなった時に、すべての悪の根が絶たれて、真我独存の状態が顕現するのである。

（インテ訳）それ【これらすべてのシッディ】に対してさえ無執着であることにより、束縛の種子が破壊され、かくしてカイヴァリヤ【独存】の状態が顕現する。

（シュリー訳）それら（超自然能力）に対してさえ離欲することにより、苦悩の種が破壊され、独存が生じる。

Ⅲ－５１　sthāni=upanimantraṇe saṅga=smaya=akaraṇaṃ punar=aniṣṭa=prasaṅgāt/

（私訳）高い位置を占めるもの（天界の神霊）の誘いに、愛着や自惚れなど生じないことである。再び、害のある惑溺がある（生じる）から。

※註１：参考訳

（Woods 訳）In case of invitations from those-in-high-places, these should arouse no attachment or pride, for undesired consequences recur.

（佐保田訳）たとえ高位の霊能からの誘いを受けても、愛着と誇りとを抱かないことが大切である。さもないと、再び不吉なことが起るから。

（インテ訳）ヨーギーは、天人からの称讃といえども、これを受容したり慢心の笑みを浮かべたりするべきではない。ふたたび望ましくないものに捕捉される恐れがあるからである。

（シュリー訳）天界の神霊たちから招待されても、愛着や自惚れを起こすべきではない。（さもなければ）再び望ましくない結果となる。

Ⅲ－５２　kśana=tat=kramayoḥ saṃyamād=vivekajaṃ jñānam/

（私訳）瞬間とその（現象態の法則的な）連続へのサンヤマから、識別から生じる知が（現れる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of constraint upon moments and their sequence［there arises the

intuitive］knowledge proceeding from discrimination.

（佐保田訳）刹那の時間と刹那から刹那への相続とに対して綜制を施すことによって、この分析から生ずる知が現われる。

（インテ訳）連続する瞬間の一刹那にサンマヤを施すことによって、識別知が現われる。

（シュリー訳）一刹那とその連続過程への綜制により、（純粋精神と認識知性の）識別知が生じる。

Ⅲ－５３　jāti=lakṣaṇa=deśair=anyatā=anavaccedāt=tulyayos=tataḥ pratipattiḥ/

（私訳）それ（識別から生じる知）により、種類・特徴・場所のちがいが区別されない類似のものの見分けが（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）As a result of this there arises the deeper-knowledge of two equivalent things which cannot be distinctly qualified in species or characteristic-mark or point-of-space.

（佐保田訳）この分析所生の知が現われた時には、種類や特徴や位置などによって区別を立てることができなくて全く同一に見えるところの二つのものをも、的確にみわけることができる。

（インテ訳）かくして、種類、特徴、場所など、よく似ていて見分けがつかないものが識別できるようになる。

（シュリー訳）種類と特徴と場所により区別ができない類似するものも、その識別知により認識される。

Ⅲ－５４　tārakaṃ sarva=viṣayaṃ sarvathā=viṣayaṃ=akramaṃ ca=iti vivekajaṃ jñānam/

（私訳）解脱に導くもの（救度者）であり、一切を対象とし、一切の在り様を対象とし、（瞬間瞬間の）継続過程のないもの、というのが識別が生む知である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The［intuitive］knowledge proceeding from discrimination is a deliverer, has all things as its object, and has all times for its object and is［an inclusive whole］without sequence.

（佐保田訳）前記の分析から生じた知は、ターラカとよばれるものであって、すべてのものの、すべての在り方を対象とし、しかも一度に一切を知ることができる。

（インテ訳）あらゆる対象のあらゆる状態を同時的に理解するその識別知が、解放をもたらすところの直観知である。

（シュリー訳）識別により生じた知識は、救済（ターラカ）であり、全ての対象と時間を包括し、連続過程を超越する。

※註２：「解脱に導くもの（ターラカ、救度者、tāraka）」、Ⅲ－３４。

Ⅲ－５５　sattva=puruṣayoḥ śuddhi=sāmye kaivalyam/

（私訳）（ブッディの）サットヴァとプルシャの清浄さが均一な時、独存（カイヴァルヤ）がある（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When the purity of the *sattva* and of the Self are equal［there is］Isolation.
（佐保田訳）覚のサットヴァと真我との清浄さが均しくなった時、真我独存の境地は現われる。
（インテ訳）静穏な心が、真我と同等の清浄さに至ったとき、そこにカイヴァリヤ［絶対、独存］がある。
（シュリー訳）（認識知性（ブッディ）の） 純質（サットワ）と純粋精神（プルシャ）の清浄性が等しくなるとき、（純粋精神（プルシャの））独存が生じる。

第４章　カイヴァルヤ（独存）の章（kaivalya-pāda）

※註１：この第４章については後世の増補だという説がドイセン・ダスグプタ・ラダクリシュナンなど一級のインド学者から出されている（金倉圓照博士「ヨーガ・スートラと佛教との關係」）。

Ⅳ－　１　janma-auṣadhi-mantra-tapaḥ-samādhijāḥ siddhayaḥ/

（私訳）（行者の）超能力（霊能）は、生まれつきや薬草やマントラ（咒、密呪）や熱行やサマーディ（三昧）から生れる。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Perfections proceed from birth or from drugs or from spells or from self-castigation or from concentration.
（佐保田訳）上来説いてきた種々の超自然的な能力は、或は生まれつきによって、或は薬草の力によって、或は真言をとなえることによって、或は苦行を行ずることによって、さらには三昧に入ることによって生ずる。
（インテ訳）シッディ〔霊能〕は、前生に於いてなされた修行、あるいは薬草、マントラの反復、苦行、サマーディによってもたらされる。
（シュリー訳） 超自然力は、誕生、薬草、聖音、浄化の行為、三昧によって生じる。
※註２：第３章の「超能力（霊能、śiddhi）」の続き。

Ⅳ－　２　jāty-antara-pariṇāmaḥ prakṛty-āpūrāt/

（私訳）別種の生まれへの転変（転生）は、プラクリティの充満から（生じる）。

※註１：参考訳
（Woods 訳）The mutation into another birth is the result of the filling-in of the evolving-cause.
（佐保田訳）輪廻に於て他の新しい生涯に生れかわるのは、自性の充実によって行われる。
（インテ訳）一つの生類から他の生類への転変は、自然の流入によってひき起こされる。
（シュリー訳）ある生類から他の生類への変容は、自然の潜在力の補正充足により生じる。
※註２：「別種の生まれへの転変（転生、jāty-antara-pariṇāma）」は、背景に「輪廻（saṃsāra）」が想定されるが、これを行者の身体の変現だと言うインド人学匠もいる。
※註３：「プラクリティの充満（prakṛty-āpūra）」は、次の偈文が例えるように、農夫が水路の堰を破り田にいっぱい水を引くような、サーンクヤ思想によれば、プラクリティ（グナ）の積極的な活動性＝法則性のこと。

Ⅳ－　3　nimittam=aprayojakaṃ prakṛtīnāṃ varaṇa=bhedas=tu tataḥ kṣetrikavat/

（私訳）動力因はプラクリティの（展開の）能作者ではない。しかし、それ（プラクリティの展開）から覆い（妨げ）を取り除くこと、農夫の（堰を破り水を田に入れる）如くである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The efficient cause gives no impulse to the evolving-cause; but［the mutation］follows when the barrier［to the evolving-causes］is cut, as happens with the peasant.

（佐保田訳）善悪の業は転変の副因であって、自性の使役者ではない。それは只だ自性の流出の妨げとなるものを破壊するにすぎない。だから、業の働きは、農夫の労働に似ている。

（インテ訳）付随的な事象は、直接的には自然の進化をひき起こすものではない。それらは、農夫のように【農夫が自分の田に水を引き入れるために、水路を塞いでいるものを取り除くように】、障害物を取り除くだけである。

（シュリー訳）（善悪の行為などの）二次的手段は、根本原質を変容させる直接的原因ではないが、しかしそれは農夫（の灌漑）のように、根本原質の展開の障害物を除去する。

※註２：「動力因（nimitta）」は、前偈文の「プラクリティの充満」の「動力因」。インド人などの学匠によれば、善悪の業など。霊的実践（サーダナ）やバクティ・ヨーガやカルマ・ヨーガやジュニャーナ・ヨーガを言う学匠もいる。

Ⅳ－　4　nirmāṇa=cittāny=asamitā=mātrāt/

（私訳）（転生において）変容するさまざまな心は、自我意識からだけ（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Created mind-stuffs may result from the sense-of-personality and from this alone.

（佐保田訳）多くの転生に於て現れる心はすべて我想元質から生ずるものである。

（インテ訳）ヨーギーの自我意識のみが、【その他の人為的に】創り出される心の原因である。

（シュリー訳）創造された心の全ては、自我意識からのみ生まれる。

※註２：「（転生において）変容するさまざまな心（nirmāṇa=citta）」は、「輪廻のなかでのさまざまな生においてそれぞれの生き方に伴って変容する心」という意味にとったが、インド人学匠には「人為的に創り出される心」という解釈を言う例がある。ハウエルは、「自我意識（asamitā=mātra）」を仏教唯識が言う「唯識（vijñāpti=mātra）」と重ねているが、いかがか。

Ⅳ－　5　pravṛtti=bhede prayojayakaṃ cittam=ekam=anekeṣām/

（私訳）（変容するさまざまな心の）現出に差異があるなかで、能作者は種々多くの（心の）うちのたった一つの心である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）While there is a variety of actions, the mind-stuff which impels the many is one.

（佐保田訳）転生によって変る多くの心の発現の仕方は種々違っているが、それらの多くの心は唯一の心によって使役されている。

（インテ訳）創り出される多くの心の作用はさまざまだが、ヨーギーの大もとの心は、それらすべて

に対する主導者である。
（シュリー訳）一つの心が、たくさんの創造された心の活動を支配している。
※註２：Ⅳ－２～５について、ハウエルは仏教唯識説の依用に言及しているが、いかがか。

Ⅳ－　６　tatra dhyānajam=anāśayam/

（私訳）そのうち（先の超能力のうち）、ドゥヤーナから生じるものは（宿業の）遺存がない。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Of these［five perfections］that which proceeds from contemplation leaves no latent-deposit.
（佐保田訳）さきに挙げた五つの原因から生ずる超自然的能力のうちで、静慮から生じたものだけは、あとに遺存を残さない。
（インテ訳）瞑想から生じた心だけが、カルマの印象を免れている。
（シュリー訳）それらの中で、瞑想により生じたものは過去の印象から自由である。

Ⅳ－　７　karma=aśukla=akṛṣṇaṃ yoginas=trividham=itareṣām/

（私訳）ヨーガ行者の宿業は白くもなく黒くもない。他の人（の宿業）には三種ある。

※註１：参考訳
（Woods 訳）The yogin's karma is neither-white-nor-black;［the karma］of others is of three kinds.
（佐保田訳）ヨーギーの業は白くも黒くもない。その他の人々の業は三様である。
（インテ訳）ヨーギーの行為は白〔善〕くも黒〔悪〕くもない。しかし他の者の行為には、善と悪、そしてそれらの混じり合ったものの三種類がある。
（シュリー訳）ヨーギの行為カルマは白でも黒でもない。その他の人々の行為カルマは、三種類（白、黒、白と黒）である。
※註２：「白でなく黒でもない」はヨーガの修習によって心が純化され利己的動機がないヨーガ行者のカルマ。「白」は行者以外の人の善いカルマ、「黒」は悪いカルマ。「白と黒（混合）」はそれら善悪のの混じり合ったカルマ。

Ⅳ－　８　tatas=tad=vipāka=anuguṇānām=eva=abhivyaktir=vāsanānām/

（私訳）それ（三種類の宿業）から、その果報に相応する習気（熏習）だけが現出する。

※註１：参考訳
（Woods 訳）As a result of this there follows the manifestation of those subconscious-impressions only which correspond to the fruition of their［karma］.
（佐保田訳）業によって生じた潜在印象の中で、特定の業報に適合するものだけが現象するのである。
（インテ訳）これらの【行為の】うち、実を結ぶための好条件がそろったヴァーサナー【潜在記憶】だけが、特定の生において発現する。
（シュリー訳）それら（の行為）から、それらの結果に適合する潜在欲望だけが発現する。
※註２：「習気（熏習、vāsanā）」、仏教唯識や『大乗起信論』で言うのと近似。Ⅱ－２４（無明熏習）、

Ⅲ－１８（前生の知識）参照。「(宿）業（karma)」「業報（vipāka)」「習気（熏習、vāsanā)」「(業の）遺存（āśaya)」の問題は、「輪廻（saṃsāra)」とともにヒンドゥーの正統派哲学・ジャイナ教・仏教全般に共通。

Ⅳ－　９　jāti=deśa=kāla=vyavahitānām=apy=anantaryaṃ smṛti=saṃskārayor=ekarūpatvāt/

（私訳）生まれ・場所・時間によって隔てられていても、（習気（熏習）の現出）には間断がない。記憶と残存印象とが一体的であることの故に。

※註１：参考訳

（Woods 訳）There is an uninterrupted［causal］relation［of sab-conscious-impressions］, although remote in species and point-of-space and moment-of-time. by reason of the correspondence between memory and subliminal-impressions.

（佐保田訳）これらの潜在印象は、その成立した時とその発現した時との間が多くの生涯、場所、時によって隔てられているにもかかわらず、その間に断絶のない連続性があるとされるのは、再現した記憶とそれの行との間には同一性があるからである。

（インテ訳）欲望とその成就は、身分・場所・時間によって異なってはいるが、それらには一連の関係性がある。【欲望の】印象〔潜在力〕と【欲望の】記憶とは、同一だからである。

（シュリー訳）記憶と潜在印象は同一性を持つため、誕生の種類、場所、時間が異なっても連続性がある。

Ⅳ－１０　tāsām=anāditvaṃ ca=āśiṣaḥ nityatvāt/

（私訳）それら（記憶と残存印象）が始りがない（無始な）のは、（生の）願望（執着心）が常恒的だからである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Furthermore these［subliminal-impressions］have no beginning［that we can set in time］, since desire is permanent.

（佐保田訳）また、潜在印象が無始であるのは、生への愛着がいつも存在しているからである。

（インテ訳）生存欲に終わりがない以上、印象にも始まりはない。

（シュリー訳）それら（記憶と潜在印象）に始めが無いのは、生きるための欲望が永遠であるからだ。

※註２：「(生の）願望（執着心)」と訳した「āśis」は、『梵和辞典』によると単に「願望」「祈願」「祝福」であるが、ここは「業」「輪廻」の問題なので、インド人の学匠と同じく「生命欲」「生への執着心」と考えた。「愛着」（佐保田訳）は「渇愛（tanhā)」と同義のようであるが、私はむしろ「無明（avidyā)」に近い「無始」ではないかと思う。

Ⅳ－１１　hetu=phala=āśraya=ālambanaiḥ saṃgṛhītatvād=eṣām=abhāve tad=abhāvaḥ/

（私訳）（習気（熏習）は）その基因・その結果・その縁り所・その対象によって成り立っていることから、それら（四つ）がなくなった時には、それ（習気（熏習））は存在しない。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Since［subliminal-impressions］are associated with cause and motive and

mental-substrate(*āśraya*) and stimulus, if these cease to be, then those［subliminal-impressions］cease to be.

（佐保田訳）潜在印象はその原因、結果、依体、対象によって支えられているので、それらが無くなれば潜在印象も無くなる。

（インテ訳）印象は、原因・結果・基盤・支持によって成立しているので。それら四者の消滅にともない、これら〔残存印象〕も消える。

（シュリー訳）（潜在欲望の）原因と結果、支えと対象は相互に束縛し合うため、それらの消滅により（潜在欲望も）消滅する。

Ⅳ－１２　atīta=anāgataṃ svarūpato ’sty=adhva=bhedād=dharmāṇām/

（私訳）（経験の記憶などの残存印象から現われ出る現象態の属性（かたち・色など）が意識の面において）過ぎ去ったのとこれから来るのとは、それ本来のかたち（在り方）は（常住不変に）存在するのであるが、現象態の属性（かたち・色など）には（現われ出る）時間的な差異があるから（過去や未来という時間的形態の差異がある）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Past and future as such exist;［therfore subconscious-impressions do not cease to be］. For the different time-forms belong to the external-aspects.

（佐保田訳）過ぎ去ったものも、未だ生じないものも、それ自体としては実在している。現象態には時間的位置の差別があるから、過去、現在、未来の三つの様態が生ずるのである。

（インテ訳）経過の違いによってそれぞれの特徴を表出する対象の、その真の姿の内に、過去と未来が存在している。

（シュリー訳）過去と未来は現在に存在するが、異なる時間帯により異なる形態を取る。

Ⅳ－１３　te vyakta=sūkṣmā guṇa=ātmānaḥ/

（私訳）それら（現象態の属性）は、顕在化したものも微細なものも、グナを本質とするものである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）These［external-aspects with the three time-forms］are phenomenalized［individuals］or subtile［generic forms and］their essence is the aspects(*guṇa*).

（佐保田訳）これら現実態にあるものも、隠微な状態にあるものも、すべて三徳をその実体としている。

（インテ訳）表出された状態であれ精妙な状態であれ、それらの特徴はグナの本質に属している。

（シュリー訳）顕現しても非顕現でも、それら（の現象）はグナの性質である。

Ⅳ－１４　pariṇāma=ekatvād=vastu=tattvam/

（私訳）（グナの）転変（展開）が統一性であることから、事物はそのようにある（一つのものとして存在する）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The that-ness of a thing is due to a singleness of mutation.
（佐保田訳）客観的事象の自己同一性は、転変の単一性に基づく。
（インテ訳）事物の真実性は、グナの転変が一貫していることに基づいている。
（シュリー訳）（三つのグナ）の変容の統一性により、対象物は単一として顕現する。
※註２：この偈文は、『復註（ティーカー、Ṭīkā）』で、その作者ヴァーチャス・パティ・ミシュラ（Vācas-pati-miśra）が、ヴヤーサの『バーシュヤ』を世親の唯識説「唯識無境」への（サーンクヤの実在論からの）反駁だと指摘しているが、世親の根拠が示されていない。

Ⅳ－１５　vastu-sāmye citta-bhedāt-tayor-vibhaktaḥ panthāḥ/

（私訳）事物が同じであることに対して心はちがっていることから、それら（事物と心）の道は異なっている。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Because, while the［physical］thing remains the same, the mind-stuffs are different,［therefore the two are upon］distinct levels-of-existense.
（佐保田訳）客観的事象は同一であるのに、それに対する心は別々であることから見て、両者の道は別である。
（インテ訳）対象が同じであっても、それを受けとめる心がさまざまに違っているため、認識はさまざまに異なるのである。
（シュリー訳）対象物が同一であっても心は相違するため、それら（対象物と心）は異なる道を歩む。
※註２：この偈文は、唯識で「（有漏の）アーラヤ識」が所縁・能縁に似て顕現するのを「相分」「見分」と言って一つの「識」に両面を認めるのを「両者の道は別」と批判していると言われている。「相分」「見分」は「自証分」「証自証分」とともに「四分」と言われ、護法（インド唯識学派の著名な論師）の説だとも言われる。護法は、周知の通り、世親の『唯識三十頌』の註釈（玄奘訳『成唯識論』）で知られている。もしこの護法説が認められるなら、この偈文は六世紀の半ば以降の成立ということになる。

Ⅳ－１６　na ca-eka-citta-tantraṃ vastu tad-apramāṇakaṃ tadā kiṃ syāt/

（私訳）また、事物はただ一つの心に依存するものではない。（もしその一つの心が））それ（事物）を正しく認識する手段でないその時は、（事物は）どうなるのか。

※註１：参考訳
（Woods 訳）And a thing is not dependent upon a single mind-stuff,［for then in certain cases］it could not be proved［by that mind-stuff］,［and］then what would it be?
（佐保田訳）客観的事象はどれか一つの心に依存しているのではない。もしも、客観的事象の存在がどれか一つの心に依存しているものとするならば、その心によってその存在が確認されないものは、いったいどうなるのか？
（インテ訳）また、対象の存在は、ただ一つの心に依存しているのではない。もしもそうであるならば、その一つの心が認知しない場合、その対象はどうなってしまうのか？
（シュリー訳）対象物は一つの心に依存しない、その心が認知しないときその対象物はどうなるだろうか？
※註２：この偈文も、仏教の唯識、すなわち唯心論への批判だと言われている。ハウエルはここでも、

「一つの心（eka=citta）」を「アーラヤ識」に重ねている。
※註３：この偈文を欠くテキストも稀にある。

Ⅳ－１７　tad=uparāga=apekṣitvāc=cittasya vastu jñāta=ajñātam/

（私訳）心の、それ（事物）に染まるのに相応することから、事物には知られるものと知られないものとがある。

※註１：参考訳
（Woods 訳）A thing is known or not known by virtue of its affecting［or not affecting］the mind-stuff.
（佐保田訳）心は、自身が客観的事象によって染められるのに応じて、それを認識するのであるから、客観的事象はその存在が知られることもあり知られないこともある。
（インテ訳）対象が認められるか否かは、心がそれによって色づけされるか否かにかかっている。
（シュリー訳）心は対象物に影響され、（影響されると）対象物は知られ、（影響されないと）知られない。

Ⅳ－１８　sadā jñātāś=citta=vṛttayas=tat=prabhoḥ puruṣasya=apariṇāmitvāt/

（私訳）（事物は知られたり知られなかったりするが、一方）心のはたらきは常に知られている。その主人であるプルシャは転変しないことから。

※註１：参考訳
（Woods 訳）Unintermittently the Master of that［mind-stuff］knows the fluctuations of mind-stuff［and thus］the Self usdergoes-no-mutations.
（佐保田訳）ところが、心のはたらきはつねに意識されている。それは、心の主君である真我は決して転変しないからである。
（インテ訳）心の変化は、その主であるプルシャには常に知られている。プルシャは不変だからである。
（シュリー訳）心の主人である純粋精神は、変化しないために常に心の変化を知っている。

Ⅳ－１９　na tat=svābhāsaṃ dṛṣyatvāt/

（私訳）それ（心）は自ら輝くものではない。（プルシャに）見られる者であることから。

※註１：参考訳
（Woods 訳）It does not illmine itself, since it is an object-for-sight,
（佐保田訳）心は自分自身を照らし出すことはできない。心は見られるものであるからである。
（インテ訳）心は、自ら輝くものではない。それはプルシャに知覚される対象だからである。
（シュリー訳）それ（心）は見られるものであるから、自みずからを照らすものではない。
※註２：この偈文は、「心（citta）」は自ら「輝かない」＝自らを「是認（saṃvid）しない」ことを強調して、唯識の「アーラヤ識」が自分が対象を認識しているのを自ら自覚する「自証分（sva=saṃvid）」（相分・　見分・自証分・証自証分（四分）の一つ）を批判していると言われている。

Ⅳ－２０　eka=samaye ca=ubhaya=anavadhāraṇam/

（私訳）また（心は）、一時（一刹那）に、（自分と対象の）両方を決定できない。

※註１：参考訳

（Woods 訳）And there cannot be a cognition of both［thinking-substnce and thing］at the same time.

（佐保田訳）また、心は二つの判断を同時になすことはできない。

（インテ訳）心は、主体と客体を同時に知覚することはできない。【そのことから見ても、心は自ら輝くものではないことがわかる。】

（シュリー訳）そして、（心と見る者）両者を同時に認識することはできない。

※註２：「決定できない（anavadhāraṇa）」の原語は「ava√dhṛ」で、「決定する」「洞察する」「精通する」の意（『梵和辞典』）。

※註３：この偈文も、「アーラヤ識」（「一つの心」）が一時に対象（「相分」）と自ら（「自証分」）を是認する（saṃvid）のを批判しているようにとれる。また、この偈文を仏教の有部・経量部・世親などが言う「刹那滅」への批判ととる説がある。

Ⅳ－２１　citta=antara=dṛṣye buddhi=buddher=atiprasaṅgaḥ smṛti=saṃkaraś=ca/

（私訳）（もし）心が別な心に見られるなら、ブッディによるブッディの無窮が生じ、また記憶の混濁が生じる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）If［one mind-stuff］were the object-for-sight for another, there would be an infinite regress from one thinking-substance to another thinking-sabstnace. as well as confusion of memory.

（佐保田訳）もしも心が他の心によって見られるとするならば、覚から覚への無限溯源に陥り、さらには、記憶の混乱が起るであろう。

（インテ訳）もし、一つの心が別の心によって知覚されると仮定するならば、それら〔心〕は数限りなく在ることになって、結果として記憶の混乱が生ずるであろう。

（シュリー訳）もし一つの心が別の心により認識されるならば、終わりのない連続となり、記憶は混乱する。

※註２：インド人学匠によると、この偈文は、Ａという一つの心をＢという別な心があって見るとするなら、そのＢを見る第三のＣという心がまたなければならず、その連鎖に終りがなくなる。それでは記憶に混濁が生じ、記憶の貯蔵庫は存在しなくなる。仏教は、一つの心は別な心（識）に知覚されると言うが、心は知る者ではなく知られるものである、という意味で、前文に続き仏教の「刹那滅」に対する反論と言われる。

Ⅳ－２２　citer=apratisaṃkramāyās=tad=ākāra=āpatau sva=buddhi=saṃvedanam/

（私訳）去来（変化）しない純粋意識（プルシャ）にとって、（ブッディが）その（純粋意識（プルシャ）の）姿の状態になる時、自身に属しているブッディが認知される。

※註１：参考訳

(Woods 訳) The Intellect(*citi*) which unites not [with objects] is conscious of its own thinking-substance whe [the mind-stuff] takes the form of that [thinking-subastance by reflecting it] .

(佐保田訳) 純粋精神である真我は、自分から対象に関係したりしはないけれども、覚が真我の形像を取得した時に自己所属としての覚を認知するということが成立するのである。

(インテ訳) プルシャの意識は不変である。それの反映を受けて、心は真我を自覚する。

(シュリー訳) 自己認識による自己の本性の知識は、意識（心）が変化しなくなるときに実現される。

註２：「純粋意識（citi)」は、「個人意識（citta)」に対する「宇宙意識」としての「プルシャ」ととった。

註３：この偈文からサーンクヤ思想に戻る。

Ⅳ－２３　draṣṭṛ=dṛśya=uparaktaṃ cittaṃ sarva=artham/

(私訳) 心は、見る者（プルシャ）と見られるものに染められ、一切を（認識）対象とする。

※註１：参考訳

(Woods 訳) Mind-stuff affected by the Seer and by the object-for-sight [leads to the perception of] all intended-objects.

(佐保田訳) 心は見るものと見られるものの双方から染められることによって、あらゆる客体を対象とすることができる。

(インテ訳) 心は、見る者と見られるものの両方から染められることによって、あらゆるものを理解する。

(シュリー訳) 心は、見る者と見られるものにより影響され、全てを理解する。

Ⅳ－２４　tad=asaṃkhyeya=vāsanābhiś=citram=api para=arthaṃ saṃhatya=kāritvāt/

(私訳) それ（心）は、数え切れない習気（熏習）によって多様であるが、他（プルシャ）のためにある。（プルシャと）共同してはたらくことから。

※註１：参考訳

(Woods 訳) This [mind-stuff] , although diversified by countless subconscious-impressions, exists for the sake of another. because its nature is to produce [things as] combinations.

(佐保田訳) 心は過去に蓄積された無数の潜在印象を保有して頗る複雑多様であるが、実は自己以外のもののための存在するのである。何故かといえば、心は複合体であるからである。

(インテ訳) 無数の欲望を持ってはいるが、心は他者【プルシャ】のために存在するのである。それ〔心〕はプルシャと連携してはじめて機能することができるからである。

(シュリー訳) 心は精妙な欲望により多様であるけれど、他者（純粋精神）のために活動する。なぜなら心は複合体であるのだから。

Ⅳ－２５　viśeṣa=darśina ātma=bhāva=bhāvanā=vinivṛttiḥ/

(私訳) （心とプルシャの）ちがいを知る者は、自己の存在についての観念が消滅する。

※註１：参考訳

（Woods 訳）For him who sees the distinction, the pondering upon his own states-of-being ceases.

（佐保田訳）真我と覚との差別を知った人には、自己の存在に関するいろいろな思案が消える。

（インテ訳）心とアートマン〔真我〕の区別を知る者は、心をアートマンと考えることが永遠に熄む。

（シュリー訳）（心と純粋精神の）相違を知るものは、もはや心をアートマン（純粋精神）とは考えない。

Ⅳ－２６　tadā viveka=nimnaṃ kaivalya=prāgbhāraṃ cittam/

（私訳）その時、心は識別に傾き、カイヴァルヤ（独存）に向う。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Then the mind-stuff is borne down to discrimination, onward towards Isolation.

（佐保田訳）この時、心はかの弁別の方へ傾き、独存の境地への進路をとることになる。

（インテ訳）そのとき、心は識別知の方へと傾き、独存に引き寄せられる。

（シュリー訳）そのとき心は識別に向かい、独存に引き付けられる。

Ⅳ－２７　tac=chidreṣu pratyaya=antarāṇi saṃskārebhyaḥ/

（私訳）その（識別の）隙間に、諸々の残存印象によって別のさまざまな想念がある（生じる）。

※註１：参考訳

（Woods 訳）In the intervals of this［mind-stuff］there are other presented-ideas［coming］from subliminal-impressions.

（佐保田訳）このような心にも、その間隙には、これまでに蓄積された行から生じた、他の想念が入りこんで来るものである。

（インテ訳）その間隙にも、過去の印象から来る雑念が生ずることはある。

（シュリー訳）その識別心の隙間に、過去の印象による他の想念が生じる。

Ⅳ－２８　hānam=eśāṃ kleśavad=uktam/

（私訳）それら（想念）の除去は、（すでに）説かれている煩悩（を除去する方法）と同様である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The escape from these［subliminal-impressions］is described as being like［the escape from］the hindraces.

（佐保田訳）これらの行を除去する仕方は、前に説いた煩悩を除去する仕方と同様である。

（インテ訳）それらは、前述の【第二部（１）・（２）・（１０）・（１１）・（２６）】諸障害の除去と同様の方法によって、除去することができる。

（シュリー訳）それら（他の想念）の除去は、苦悩の除去と同様に、と言われている。

Ⅳ－２９　prasaṃkhyāne ’py=akusīdasya sarvathā viveka=khyāter=dharma=meghaḥ samādhiḥ/

（私訳）（深い）瞑想智に対してさえも無償の人には、みな、識別の覚知によってダルマ・メーガ

（法雲）というサマーディ（三昧）がある。

※註１：参考訳

（Woods 訳）For one who is not usurious even in respect of Elevation, there follows in every case, as a result of discriminative discernment, the concentration［called］Rain-cloud of［knowable］things.

（佐保田訳）ヨーギーが最高の直観智に対してさえなんらの期待を抱かず、あらゆる形の弁別智を尽くしたならば、法雲三昧の境地が現われる。

（インテ訳）完全なる識別知によって、最も高い報償に対してさえ全く無欲となった者は、不断の、特異な洞察の内にとどまるものであり、それはダルマメーガ・サマーディ【法雲三昧】と呼ばれる。

（シュリー訳）至高の識別知を得てさえ離欲を保持する者には、完全な識別知による法雲三昧が生じる。

※註２：「ダルマ・メーガ・サマーディ（法雲三昧）」は、仏教で言う菩薩の「十地（daśa-bhūmi）」の「法雲地（dharma-megha-bhūmi）」を思わせるが、内容にはちがいがある。『十地経（Daśa-bhūmika-sūtra）』では、如来と等しい身・口・意をもち、しかも菩薩の三昧の力を捨てず、諸仏を観じ供養し、諸仏の加持の光明に浴する。さらに永遠の時の間、法界を分別する質問に困らずに答えられる（智慧波羅蜜の境地）、という。無論、この境地には衆生利他の実践も含まれる。

※註３：ここに言う「法雲三昧」は、識別知（viveka-khyāti）の完全なレベル（インド人学匠によれば、最も純粋な三昧、無種子三昧の最終段階）である。だから『ヨーガ・スートラ』の最終段階に出てきたのであろうが、仏教の「十地」を意識してのこととは思われる。

Ⅳ－３０　tataḥ kleśa-karma-nivṛttiḥ/

（私訳）それ（ダルマ・メーガ・サマーディ（法雲三昧））によって、煩悩と宿業が消滅する。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Then follows the cessation of the hindrances and karma.

（佐保田訳）その時、煩悩と業は消滅する。

（インテ訳）そのサマーディによって、すべての苦悩〔煩悩〕とカルマ〔業〕は終熄する

（シュリー訳）そのあと苦悩と過去の潜在印象は消滅する。

Ⅳ－３１　tadā sarva-āvaraṇa-mala-apetasya jñānasya-anantyāj-jñeyam-alpam/

（私訳）その時、一切の覆いと垢れが取り除かれた知の無限であるから、知られるべきものは極少である。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Then, because of the endlessness of knowledge from which all obscuring defilements have passed away, what is yet to be known amounts to little.

（佐保田訳）かくて、すべての煩悩と業が還滅した時、いっさいの蔽いと汚れの去った智は無辺となるので、なおも知るべきものとてはわずかしか残らない。

（インテ訳）かくして、知のすべての覆いと汚れが完全に取り除かれる。この知は無限であるので、知られるべきことはほとんど残っていない。

（シュリー訳）そのとき、全ての覆いと不純性の除去による知識は無限であるため、さらに知られるべきものは僅かとなる。

Ⅳ－３２　tataḥ kṛta=arthānāṃ pariṇāma=krama=samāptir=guṇānām/

（私訳）それによって、目的を達した（三つの）グナの転変の相続は終わる。

※註１：参考訳

（Woods 訳）When as a result of this the aspects(*guṇa*) have fulfilled their purpose, they attain to the limit of the sequence of mutations.

（佐保田訳）それによって三徳はその目的を果たしたので、それらの転変の相続を完了する。

（インテ訳）そのとき、三つのグナはその目的を遂げたので、転変の連鎖を終える。

（シュリー訳）それにより、三つの根本属性は目的を成就したため、転変の連続過程は終焉する。

Ⅳ－３３　kṣaṇa=pratiyogī pariṇāma=aparānta=nirgrāhyaḥ kramaḥ/

（私訳）（転変の）相続は、瞬間と密接に結びついていて、転変の終極で認知されるものである。

※註１：参考訳

（Woods 訳）The positive correlate to the moment, recognized as such at the final limit of the mutation, is a sequence.

（佐保田訳）相続は各刹那と不可分に結びついているので、転変の終極に於て初めて把握することができる。

（インテ訳）【前述の】連鎖とは、刹那の途切れのない連続のことである。そしてその刹那は、その転変の終極においてはじめて把握される。

（シュリー訳）各瞬間に付随し、転変の最後に完全に理解されるものが連続過程である。

※註２：この「転変相続」の問題を、Ⅳ－１０の「（生の）願望（執着心）」とともに、『大乗起信論』の「又、心ノ起ルトハ、初相ノ知ル可キ有ルコト無キニ、而モ初相ヲ知ルト言フハ、即チ無念ヲ謂フ。是ノ故ニ、一切ノ衆生ヲ名ヅケテ覚ト為サズ、本ヨリ来（コノカタ）、念念ニ相続シテ、未ダ曾テ念ヲ離レザルヲ以テノ故ニ、無始ノ無明ト説ク。若シ無念ヲ得レバ（者）、則チ心相の生住異滅ヲ知ル、無念ト等シキヲ以テノ故ナリ。而モ実ニハ始覚ノ異有ルコト無シ。四相ハ俱時ニシテ有リ。皆自立スルコト無ク、本来平等ニシテ、同一覚ナルヲ以テノ故ナリ。」の「念の念々相続」「無始無明」「無念を得れば心相の生住異滅を知る」と重ね、『起信論』の「心生滅門」における「心」の「生起」の相を説く唯識説との共通性を言う説がある（佐保田博士）が、ここに『起信論』をもちだすのはどうか。

Ⅳ－３４　puruṣa=artha=śūnyānāṃ=guṇānāṃ pratiprasavaḥ kavalyaṃ svarūpa=pratiṣṭhā vā citi=śaktir=iti/

（私訳）プルシャという目的がなくなった（三つの）グナにとって、本源の（均衡の）状態に戻ること、あるいは、純粋意識の力が自身の形色に安住することが、カイヴァルヤ（独存）である。以上。

※註１：参考訳

（Woods 訳）Isolation is the inverse generation of the aspects, no longer provided with a purpose by the Self, or it is the Energy of Intellect grounded in itself.

（佐保田訳）独存位とは、真我のためという目標の無くなった三徳が、自分の本源へ没し去ることである。或は、純粋精神なる真我が自体に安住することだ、といってもよい。

（インテ訳）かくして、もはやプルシャに仕えるという目的のなくなった三グナは、プラクリティに帰還し、独存という最上の境地〔カイヴァリヤ〕が現われる。あるいは【別の角度から見れば】、純然たる意識の力が自らの純粋な本性の内に安住するのである。

（シュリー訳）独存とは、目的を失った根本属性がその源泉に退却することである、あるいは、純粋精神がその本性（である絶対意識）に確立することである。

■あとがき

今から五十五年前、私はこの『ヨーガ・スートラ』を修士論文でテーマとした。修士二年の時だったと思うが、インド哲学演習の時間にインド哲学の第一人者金倉圓照先生から『ヨーガ・タットヴァ・ウパニシャッド（Yoga-tattva-Upaniṣad）』の原典購読と，そこに説かれる後期ヨーガ（＝ハタ・ヨーガ）に加えて『ヨーガ・スートラ』の古典ヨーガを教えていただいたその流れからだった。

金倉先生は威厳と品格に富む見るからに学者らしい学者だった。講義の時刻ピッタリに教場に来られ、講義法は厳粛・厳密・厳格で緊張感が漂い、日本のインド学の先端を行くアカデミズムそのものであった。とくにサンスクリット原典の読み方は、単語の原意はもちろん術語についてはその背景にあるインド思想の深い学識に基いていて、正確無比で学ぶことが多かった。

今でも憶えているのは、ヨーガの源流の話で、バラモンの世界の伝統的なヨーガは『リグ・ヴェーダ』時代の森林修行の苦行者の「苦行（タパス）」や印欧系シャーマンの「エクスタシー（恍惚、脱魂、憑依）」、さらにインダス文明の瞑想行者らしきレリーフのイコンにまで遡り、仏教（釈尊）のヨーガ（瑜伽行）は非バラモン系の瞑想法ということである。

また、よく言われていたのは、『ヨーガ・スートラ』には古い時代のヨーガ説とあとの時代のヨーガ説とが混在していて、第四章は第三章のあとで増補されたものではないかということ。それから『ヨーガ・スートラ』は、サーンクヤ思想を背景としているという見方が当然視されているが、仏教（唯識説）の影響も多々あり、またジャイナ教とのかかわりも見られ、さらにニヤーヤなどインド哲学の諸学派から術語や概念を取り入れていて、サーンクヤ思想だけではないということ、さらに、もし仏教の唯識（瑜伽行）を勉強するのなら『ヨーガ・スートラ』も勉強しておいた方がいい、ということだった。

その示唆は私にとってこれからめざすべきテーマを与えられたに等しく、さっそくエリアーデの『YOGA』（英訳本）を読みはじめると同時に『ヨーガ・スートラ』の原典を神田神保町の一誠堂書店に頼み、インドの出版社（モーティラル・バナルシダス）から取り寄せた。ほぼ一ヵ月後に『ヨーガ・ダルシャナ』というタイトルの本が十冊ほど届いたが、みな学術系のエディションではなく、インドで一般に流通しているものであったが、そのなかに今回使用した『Pātañjala Yoga-darśanam』（Śrī Rāmaśaṅkara Bhaṭṭācārya、１９６３、ベナレス）があり、一番信頼性が高かった。

修士論文はそれをテキストに『ヨーガ・スートラ』の全文和訳と偈文ごとの解説、またそこに説かれる「八支のヨーガ」、サーンクヤ思想との関係、仏教（唯識思想）との関係、ハタ・ヨーガとの関係、などについての考究だったが、生来の怠けグセがたたり、原文和訳すら満足のいくものではなく、研究部分も通り一遍のもので独自の視点や論点のないものに終り、悔いを残した。

その後、博士課程で後期ヨーガ系ウパニシャッドなどを勉強しながら『ハタ・ヨーガ・プラディピカー（Haṭha-yoga-pradīpikā）』『ゲーランダ・サンヒター（Gheraṇḍa-saṃhitā）』を和訳し、同時に東京のインド大使館に当時滞在していたパンディット（paṇḍit、ヒンドゥーの学匠・指導者）に幸運にもハタ・ヨーガ

を教えていただいた。インド大使館のライブラリーに「ヴェーダ」や「ウパニシャッド」の原文をインドのバラモンが唱えたり朗読したりした録音テープがあり、それを借りてはダビングしていた時期だった。同大使館では現在もヨーガを教えている（ヨガ・アット・ザ・エンバシー）。

学術から遠のいて五十年。昨年からしばらく前に畏友廣澤隆之師からいただいた『唯識三十頌を読む』を読みながら『解深密経』『瑜伽師地論』などの唯識典籍を拾い読みして「瑜伽行」を復習し、『倶舎論』（世親）や経量部のアビダルマを少々勉強し直しし、天台智顗の『摩訶止観』をひもとき、道元を読み、臨済禅の公案に浸り、また密教観法（阿字観・念誦法など）のささやかながら修習し、改めて『ヨーガ・スートラ』の原典和訳に取り組んでみると意外なほど戸惑うことなく和訳ができた。これで不出来だった修士論文の『ヨーガ・スートラ』和訳を手直しすることができ、学究時代に志した『リグ・ヴェーダ』～ヒンドゥーヨーガ・仏教の止観行～禅・密教観法までの＜瞑想行の探究＞が私の頭のなかで整頓された。命あるうちに、乏しい学識を悔やみつつではあったが、若い日に悔いを残した『ヨーガ・スートラ』和訳が草学道なりにできたこと、またそれを通じてインド哲学全体を学び直せたことを一人喜んでいる次第である。

令和四年二月　釈尊入涅槃　常楽会の日に

草学道人　長澤弘隆