

『ゴーラクシャ・シャタカ』試訳（1）

番 場 裕 之

『ゴーラクシャ・シャタカ』試訳 (1)

番 場 裕 之

はじめに

『ゴーラクシャ・シャタカ』(以下、GS)は、ゴーラクシャナータ⁽¹⁾の視点で体系立てられたハタ・ヨーガの初期形態を明らかにする古層の基本文献である。それは、さまざまな名称による異本があり、また、同名の数多くの写本が確認されている。それが、厳密にゴーラクシャナータ自身の著作であるか否かは別として、伝統的にゴーラクシャナータに帰せられている。

他の校訂本が100偈を超えるものになっている場合が多いのに対して、Kūvalayānanda氏は、“*Gorakṣaśataka*”[1958]⁽²⁾において、101偈の校訂テキストを提示している。その名称が「シャタカ」であることから、本来は100偈相当のものであったものに増補されていたとする視点に立って、徹底した写本の比較研究からその輪郭を導き出したのである。これによって、増補を含まない原初的なテキストを創り上げたのである。その点で、Kūvalayānanda版のテキストは、純粋なGSを検討する際には、信頼性の高いものと考えられる。

筆者はかつて、Kūvalayānanda氏によるGSのテキスト校訂に関する論文を邦訳し、後世に発達したハタ・ヨーガの原初の様子を検討した⁽³⁾。ここでは、『ハタヨーガ・プラディーピカー』など後期ハタ・ヨーガ文献にみられる概念もすべてが、初期のハタ・ヨーガ説から説かれていたものでないことも分かった。

本稿では、“*Gorakṣaśataka*”[1958]所収のゴーラクシャナータに関する論文とKūvalayānanda版GSの一部邦訳を試みた。ゴーラクシャナータの時代にはすでに幾つかのハタ・ヨーガ的实践が存在していたと考えられが、この試訳によって、古層に位置するナータ派のヨーガについて、多少なりとも明確することができるであろう。

『ゴーラクシャ・シャタカ』について

Kūvalayānanda氏の報告によれば、GSには38種類の写本⁽⁴⁾が伝えられ、確認されている。その中でも特にGSとその註釈書とされる*Gorakṣapaddhati*とは甚だしく混同されており、校訂作業を著しく困難にした。実際、Briggs版のテキスト[1938]⁽⁵⁾では、増補と

註釈を加えた202偈からなる *Gorakṣapaddhati* の最初の100偈を *GS* と解し、次の100偈をして増補、註釈であると誤った解釈をした結果、最初の100偈には六支のうちの第二支ブラーナーヤマまでしか含まれていない不完全なものとなってしまった。また、Fausta Nowotny の校訂したテキスト、*Das Gorakṣasāṭaka*[1976]⁽⁶⁾も、201偈⁽⁷⁾からなり、増補、註釈されたものとなっている。

いずれの写本でもヨーガの六支について言及されていることから、それが *GS* の基本思想を述べるものであると考えられる。その点で、Kūvalayānanda 氏が校訂したテキストは、101偈の中でハタ・ヨーガ実修次第の六支すべてが明確に説かれており、増補、註釈を含まない原初的かつ完全に近いテキストであると考えられる。

Kūvalayānanda 版の内容的特徴は、ハタ・ヨーガの実修を体系立てることに尽くした簡潔なものであり、哲学的思弁は少ないものの、修行者の手引き書か修行の入門書として役立つように意図されたものと考えられる。そこでは、ヨーガによって人生の彼岸に到達することを明らした後、巻末に至るまで、坐法 (*āsana*)、調気法 (*prāṇāyāma*)、制感 (*pratyāhāra*)、凝念 (*dhāraṇā*)、静慮 (*dhyāna*)、三昧 (*samādhi*) の六支からなる修行の段階について述べている。後世のハタ・ヨーガ論書が *GS* からの引用が多いことから、ハタ・ヨーガ体系の根本的な実修・思想の原点となったものと考えられる⁽⁸⁾。

ゴーラクシャナータについて

ナータ派は中世インドにおいて北東や東部インドからほぼインド全域に広まった宗教運動の担い手である。大宇宙と小宇宙の相応に基づいて肉体を保持したままで神と一体化することを目的として、死を克服するためにタントラやシャクタ派の思想と実践法を融合させた人々である。その祖師がゴーラクシャ・ナータであり、*GS* の著者とされる。そして、マッチェンドラ・ナータがゴーラクシャ・ナータの直接の師とされている⁽⁹⁾。

出身地は北インド、南インド、ベンガル地方、パンジャブ地方と広がりを持ち、一定していない。この広がりこそが、ナータ派のヨーガが汎インド的なものとなったことをあらわしている。ゴーラクシャ・ナータの活躍した時代は、さまざまな宗教史と文献から、11世紀頃とする説が有力である。そして、Kūvalayānanda 氏は、ゴーラクシャ・ナータについて“*Gorakṣasāṭaka*”[1958]所収の論文⁽¹⁰⁾のなかで述べているので、下記に、その論文の邦訳(抄)を紹介しよう。

このテキストを著したゴーラクナートあるいはゴーラクシャは、ナータ・パンタとして知られる宗教的伝統の主な提唱者であり、あるいはカーンファタと呼ばれる。彼はとりわけ優れたヨーギーであり、彼のグルであるマッチェンドラナータよりも偉大であると見なされている。サンスクリットやブラークリット、マラーティー、ヒン

ディー、パンジャービー、ベンガリー、ウルドゥーやその他のインドの地方語による彼の名前に関連づけられるたいへん多くの文献資料から判断して、彼の名前は宗教的指導者あるいは改革者として、全インドの人々に受け入れられていたようだ。こうしたことから、彼について矛盾した伝説の一群を導いたのであろう。彼をシヴァ神の後継者である、あるいは、彼自身はその神の姿であるとさえする民間信仰があり、その故に、長い間分散していた逸話をまとめあげることは難しくはないのである。彼の名前と関係がある古い時代の神話は、想像上の語源によって作られたのかもしれないし、死後に彼の智慧のもとに集められたものかもしれない。結局、ゴーラクシャナータは A.D. 7 世紀から 15 世紀の間のどこかの地域に実在したとされる。もしマハーラーシュトラの伝統が典拠あるものと考えられるなら、A.D. 1290 年というジュニャーネーシュヴァル⁽¹⁾の年代とゴーラクシャナータの名前が記されたソーマナータの碑文は最も遅い境界を与えるであろう。もちろん、Briggs 博士によって論じられたように、彼の名において建立された寺院があるというように、彼の評判の高まりに対して適当な(年代的)余裕を認めることによって、彼は 10 世紀の人であるとする事ができる。Mohan Singh 博士は主として地方語の資料から発見された事実から、ゴーラクシャナータは 9 世紀か 10 世紀に生存していたと結論づけた。また Mohan Singh 博士は、一般的に伝えられているさまざまな伝承(特にその時代の 12 人の弟子の構成について)に整合性を持たせることの難しさに直面した。そして、(弟子のうちの)あるものは、ゴーラクシャナータとは明らかに離れた時代なのだという。それ故に、10 世紀が仮説的にゴーラクシャナータの年代として容認されている。

ゴーラクシャナータの名前のもとで流布している著作物は非常に多く種類も多い。例えば、彼は Gorakṣakimayāgara という化学書を記したといわれている。彼は muhūrta⁽²⁾の問題における Gorakhmata といわれる学派に対する言及のある天文学書を記したと考えられている。彼に帰される Amaranāthasaṃvāda というマラーティー語による書物もある。Nath Sampradaya⁽³⁾という書物の p.98 において、Shri Hajari Prasad Dvivedi はゴーラクシャに基づく作品の多くの一覧を示している—それらのほとんどがヨーガを扱っている—のである。

ゴーラクシャナータはネパールで守護神として崇拜され、対してチベットでは彼は仏教のシツダと見なされている。彼は明らかにシヴァ派の不二一元論の指導者であり、ネパール大乘仏教の勢力に対抗してシヴァ派に改宗させることに成功している。彼は勢力ある主宰者であり、全インド、例えばベンガル、ネパール、パンジャーブ、カーティヤーワール、マハーラーシュトラ、セイロンなどで寺院を設立した。また、彼はインド北西部の国境地帯を歴訪し、アフガニスタン⁽⁴⁾やバルチスタンを訪れたといわれている。

『ゴーラクシャ・シャタカ』試訳

Kuvalayānanda 氏が述べるように、「シャタカ」という名称通り、そのボリュームは100偈相当であり、かつ六支の解説をすべて収めているということが、GSの増補を含まない初期の原典を見いだすのに絶対的な条件である。その視点にたつと、Briggs 版のテキスト[1938]は、六支のうちの第二支のプラーナーヤマまでしか含まれていないし、Fausta Nowotny 版のテキストは、総数が201偈であり、条件を満たしていない。

これに対して、Kuvalayānanda 版は、全101偈から構成された、増補、註釈を受ける前の状態を伝える信頼性の高い原典といえよう。その内容は、13の部分に分かれている。ただし、81偈と95偈については欠落しているので、実際には99偈となる。今回の試訳は紙面の都合上、第1成分から第7成分までの31偈である。それぞれの成分の概略とともに、粗訳を提示することとしたい。

— Kuvalayānanda 版 Gorakṣaśataka —

帰敬頌	第7成分	クンダリニー 2 偈30~31
第1成分 序 3 偈 1~3	第8成分	ムドラ 6 偈32~37
第2成分 六支 1 偈 4	第9成分	プラーナーヤマ 16 偈38~53
第3成分 アーサナ 5 偈 5~9	第10成分	プラティヤーハ 13 偈54~66
第4成分 チャクラ説 6 偈10~15	第11成分	ダーラナー 9 偈67~75
第5成分 脈管・気道 8 偈16~23	第12成分	ディヤーナ 18 偈76~93
第6成分 プラーナ・10気説 6 偈24~29	第13成分	サマーディ 8 偈94~101

【帰敬頌】

Gorakṣanātha を paramaguru として謳っている⁽¹⁵⁾。

om śrīparamagurave gorakṣanāthāya namaḥ /

オン。最高の師（パラマグル）であるゴーラクシャ・ナータ師に帰命する。

【総序】

GSの教えが、繫縛から解放するものであり、苦からの解放に必須のアートマンを知らしめるものであるという。

gorakṣaśatakam vakṣye bhava-pāśa-vimuktaye /

ātma-bodha-karam puṁsām viveka-dvāra-kumcikām // [1]

私は（世間の）人々を繫縛から解放するために『ゴーラクシャ・シャタカ』を説こう。

『ゴーラクシャ・シャタカ』は) 人々がアートマンを知るための手段であり、弁別の門戸の鍵である。

etat vimukti-sopānam etat kālasya vaṃcanam /
yad vyāvṛttaṃ mano mohād āsaktaṃ paramātmani // [2]

これ(『ゴーラクシャ・シャタカ』)は解放への階段であり、(また)死を回避するものである。

また、これは誤謬によって縛られている心を最高我に回帰させる。

dvijasevitaśākhasya śrutikalpataroḥ phalam /
śamanam bhavatāpasya yogam bhajati sajjanaḥ // [3]

(ヨーガは)再生族によって伝えられた流派である天啓聖典に基づく(誓願をかなえる)カルバの木の果実であり、人間の苦悩を和らげるものである。賢明な人は、ヨーガを賞讃する。

【六支ヨーガ】

āsana、prāṇasamyāma、pratyāhāra、dhāraṇā、dhyāna、samādhiが説かれる。これは、パタンジャリの八支から yama、niyama を除いた形となっている。内容や意味づけは異なるが、タントラ期のヨーガの支分は六部門とすることが多い⁽¹⁶⁾。

āsanam prāṇa-samyāmaḥ pratyāhāro 'tha dhāraṇā /
dhyānam samādhir etāni yogāṅgāni bhavanti ṣaṭ // [4]

坐法、調気法、制感、そして凝念、静慮、三昧、これら六つがヨーガの支分である。

【アーサナ】

アーサナは54偈において、「病を破壊するもの」として位置付けられている。2種類の坐法が詳細な足組作法と共に説かれるが、*Hathayogapradīpikā* (HP)、*Gheraṇḍa-saṃhitā* (GhS)、*Śiva-saṃhitā* (ŚS) 等の後期ハタ・ヨーガ文献のように、多くの坐法の種類は示さずに、シヴァによって選ばれた84体位から *siddhāsana*、*padmāsana* (*kamalāsana*) だけが示されている⁽¹⁷⁾。

āsanāni tu tāvanti yāvatyō jīva-jātayaḥ /
eteṣām akhilān bhedān vijānāti maheśvaraḥ // [5]

そして、坐法は生物の種類と同様に多様である。

マヘーシュヴァーラは、そのすべての種類を知る。

caturaśīti-lakṣāṇām ekam ekam udāhṛtam /
tataḥ śivena pīṭhānām ṣoḍaśa-ūnaṃ śataṃ kṛtam // [6]
840万（の坐法が）一つ一つがシヴァ神によって説かれ、
そこから、84の坐法を顕された。

āsanebhyaḥ samastebhyo dvayam eva viśiṣyate /
ekam siddha-āsanam proktaṃ dvitīyaṃ kamala-āsanam // [7]
まさに二種の（坐法が）総ての坐法の中で優れている。
第一にはシッダ・アーサナであり、第二にはカマラ（パドマ）・アーサナであると説かれる。

yoni-sthānakam aṅghri-mūla-ghaṭitaṃ kṛtvā dr̥ḍham vinyasen medhre
pādān āthaikam eva niyataṃ kṛtvā samaṃ vigrahaṃ /
sthānuḥ saṃyamita-indriyo 'cala-dr̥śā paśyan bhruvor aṃtaram etan mokṣa-
kavāṭa-bheda-janakam siddha-āsanam procyate // [8]
（ヨーギーは一方の）かかとを会陰部に接し、そして、まさにもう一方の足（かかと）
を確実に恥骨（性器上方）に接して、堅固に固定するべきである。身体を真っ直ぐ不
動にして感官を内側へ抑止し、眉間を凝視する。これが解脱への扉を解放するシッダ・
アーサナと説かれる。

vāma-ūru-upari dakṣiṇam hi caraṇam samsthāpya vāmaṃ tathā dakṣa-ūru-upari
paścimena vidhinā dhṛtvā karābhyāṃ dr̥ḍham /
aṅguṣṭhau hr̥daye nidhāya cibukam nāsā-agraṃ ālokayed etad vyādhi-vikāra-hāri
yaminām padma-āsanam procyate // [9]
左太腿の上に右足をのせ、同様に右太腿の上に左足をのせ、背後に回した両手によっ
て、両足親指を堅固に握り、顎先を胸にあてて、鼻頭凝視を行うべきである。これは、
ヨーギーたちの疾病を取り去るパドマ・アーサナと言われる。

【チャクラ】

ここで言及されるのは、六輪のうち ādhāra、svādhiṣṭhāna、maṇipūraka の三輪につ
いてのみで、チャクラの数や位置、内容に関する明確な記述はない。また、anāhata、ma-
nipūraka、mahāpadma (sahasrāra)、viśuddha については、60～63偈で触れられる。

ādhāraṃ prathamam cakram svādhiṣṭhānam dvitīyakam /
yonisthānam dvayor madhye kāmarūpaṃ nigadyate // [10]

アーダーラは第1のチャクラである。第2はスヴァーディシュターナである。
両者の間にカーマルーパと呼ばれる、ヨーニスターナがある。

ādihāra-ākhye guda-sthāne paṃkajaṃ yac catur-dalam /
tan madhye procyate yoniḥ kāma-ākhyā siddha-vamditā // [11]

肛門部にあるアーダーラと呼ばれる蓮華は四花卉である。
その中央にシッダが賞讃するカーマと呼ばれるヨーニがあると説かれる。

yoni-madhye mahā-liṅgaṃ paścima-abhimukhaṃ sthitam /
mastake maṇivat bhinnam yo jānāti sa yogavit // [12]

ヨーニの中央に、西方を向いた偉大なるリングがある。
(その) 頭頂に花開く宝珠のような(蓮華)を知るものはヨーガ智者である。

taṭṭa-cāmikara-ābhāsaṃ taḍil-lekhā_iva visphurat /
caturasraṃ puraṃ vahner adho meḍrāt prtīṣṭhitam // [13]

火が宿る四角形は陰茎の下に位置しており、灼熱した黄金の輝きや稲光のように煌め
いている。

svaśabdena bhavet prāṇaḥ svādhiṣṭhānaṃ tad-āśrayaḥ /
svādhiṣṭhāna-ākhyayā tasmān meḍhram eva-abhidhīyate // [14]

「スヴァ」という語はプラーナをあらわしている。スヴァーディシュターナはそれ
(プラーナ)が基づく所である。

スヴァーディシュターナと呼ばれるが故に、まさに陰茎と名付けられる。

taṃtunā maṇivat proto yatra kaṃdaḥ suṣuṃṇayā /
tan nābhi-maṇḍalaṃ cakraṃ procyate maṇipūrakam // [15]

紐によって繋がった宝珠のように、そこでカンダはスシュムナーによって(貫かれる)。
その臍輪のチャクラはマニプーラカと説かれる。

【脈管・気道】

72,000本あるとされる nāḍī のうち最も重要なものとして、10種が示される。即ち、idā、
piṅgalā、suṣuṃṇā、gāndhārī、hastijihvā、pūṣā、yaśasvinī、alambuṣā、kuhū、śaṃkhinī
であり、それぞれの説明がなされる。

ūrdhvaṃ meḍhrād adho nābheḥ kanda-yoniḥ khaga-amḍavat /

tatra nāḍyaḥ samutpannāḥ sahasrāṇi dvisaptatiḥ // [16]

陰莖の上方で臍の下に、鳥の卵のようなカンダのヨーニがある。
そこより、72000本の（脈管が）発している。

teṣu nāḍi-sahasreṣu dvisaptatir udāhrtāḥ /

prādhānyāt prāṇa-vāhinyo bhūyas tatra daśa smrtāḥ // [17]

その1000本のナーディー（脈管）のなかの、72本が述べられる。
その中の10本が、より優れたプラナーの流れとして伝えられる。

iḍā ca piṅgalā caiva suṣumṇā ca tṛtīyakā /

gāṃdhārī hastijihvā ca pūṣā caiva yaśasvinī // [18]

イダー、ピンガラーと第3のスシュムナー。

ガンダーリー、ハスティジフヴァーとプーシャーとヤシャスヴィニー。

alambuṣā kuhūs caiva śaṃkhinī daśamī smrtā /

etan nāḍi-mayaṃ cakram jñātavyaṃ yogibhiḥ sadā // [19]

アランブシャー、クフー、そして10番目のシャンキニーが伝えられている。

このナーディー（脈管）よりなるチャクラは、ヨーギー達によって常に把握されるべきである。

iḍā vāme sthitā bhāge piṅgalā dakṣiṇe tathā /

suṣumṇā madhya-deśe tu gāṃdhārī vāma-cakṣuṣi // [20]

イダーは左側にあり、同様にピンガラーは右側の部分に。

スシュムナーは中央部にある。これに対して、ガンダーリーは左眼に。

dakṣiṇe hastijihvā ca pūṣā karṇe ca dakṣiṇe /

yaśasvinī vāma-karṇe ca ānane vā apy alambuṣā // [21]

ハスティジフヴァーは右（眼）に、そしてプーシャーは右耳に。

ヤシャスヴィニーは左耳に、そしてアランブシャーは口に。

kuhūs ca liṅga-deśe tu mūla-sthāne ca śaṃkhinī /

evaṃ dvāram upāśritya tiṣṭhanti daśa nāḍikāḥ // [22]

クフーはリング部に、これに対して、シャンキニーはムーラ・スターナに。

このように10本のナーディーは、（身体の）孔に依って位置している。

satataṃ prāṇa-vāhinyāḥ soma-sūrya-agni-devatāḥ /
iḍā-piṅgalā-suṣumnā ca tisro nāḍya udāhṛtāḥ // [23]

ソーマ（月神）、スーリヤ（太陽神）とアグニ（火神）諸神は絶えざるプラナーの流れである。

（そしてそれぞれは）イダー、ピンガラー、スシュムナーの3本のナーディーと述べられる。

【プラナー10気説】

伝統的な五気（prāṇa, apāna, samāna, udāna, vyāna）に加えて、nāga, kūrma, kṛkara, devadatta, dhanañjaya が追加された10気が1000本のナーディーにあって、命を形成すると説かれる。

prāṇa-apānau samānaś ca hy udāno vyāna eva ca /
nāgaḥ kūrmaś ca kṛkaro devadatto dhanamjayaḥ // [24]

プラナーとアパーナ、そしてサマーナ、ウダーナ、ヴィヤーナ、
ナーガとクールマ、クリカラ、デーヴァダッタ、ダナンジャヤ。

nāgādyāḥ pañca vikhyātāḥ prāṇādyāḥ pañca vāyavaḥ /
ete nādisahasreṣu vartante jīva-rūpiṇaḥ // [25]

プラナーなどの五気とナーガなどの五（気）はよく知られているものである。
これらはジーヴァ（個我）の形をとり、1000本のナーディーの中を運行する。

prāṇa-apāna-vaśo jīvo hy adhaś ca ūrdhvaṃ ca dhāvati /
vāma-dakṣiṇa-mārgeṇa caṃcalatvān na drśyate // [26]

プラナーとアパーナの力を受けるジーヴァ（個我）は、下方へまた上方へと移動する。
（それは）左右の道（イダーとピンガラー）によって動揺するために、把握されない。

ākṣipto bhūvi daṇḍena yathoccalati kaṃdukaḥ /
prāṇa-apāna-samākṣiptas tathā jīvo 'nukṛṣyate // [27]

地面の上で、杖によって打たれた球が飛んでいくように、
プラナーとアパーナによって動揺したジーヴァは、（それらに）引かれる。

rajjubaddho yathā śyeno gato 'py ākrṣyate punaḥ /
guṇabaddhas tathā jīvaḥ prāṇa-apānena kṛṣyate // [28]

縄で縛られた鷹が飛び去ろうとするが、しばしば（縄に）引っ張られるように、

グナ（徳）に縛られたジーヴァは、プラーナとアパーナによって引かれる。

apānaḥ karṣati prāṇam prāṇo 'pānaṃ ca karṣati /

ūrdhvādhaḥ samsthitāv_etau yo jānāti sa yogavit // [29]

アパーナはプラーナを支配し、プラーナはアパーナを支配する。

上下にある両気を知るものはヨーガ智者である。

【クンダリニー】

kuṇḍalīśakti 論が既述の六輪説、脈管・気道論等と関係して展開される。kuṇḍalīśakti の姿とその帰すべき brahmasthāna について説かれる。

kaṇḍa-ūrdhvaṃ kuṇḍalī-śaktir aṣṭadhā kuṇḍalī-kṛtā /

brahma-dvāra-mukhaṃ nityaṃ mukhenāvṛtya tiṣṭhati // [30]

クンダ上方で、クンダリー・シャクティは八重の環状を為している。

（それは）梵門（ブラフマ・ドゥヴァーラ）の入口を、常にその口によって覆っている。

prabuddhā vahni-yogena manasā mārutā hatā /

prajāva-guṇam ādāya vrajaty ūrdhvaṃ suṣumṇayā // [31]

火焰と結合したマナスによって、生氣（クンダリニー）は覚醒する。

（それは、）プラジーヴァの紐とともにスシュムナーに沿って上方へと登りゆく。

【ムドラー】

6種類の mahāmudrā、nabhomudrā、uḍḍiyānabamḍha、jalamḍharabamḍha、mūla-bamḍha、khecarīmudrā を順次説いている。特に khecarīmudrā らしきものは、『マイトリ・ウパニシャッド』⁽¹⁸⁾ にすでにあらわれており、その歴史は極めて長い。ここでは、ムドラーに関して6偈を割き、uḍḍiyāna の部位と様子を説いている。

【プラーナーヤーマ】

プラーナーヤーマは、罪悪を破壊するものである⁽¹⁹⁾。これを recaka、pūraka、kumbhaka とする分類法は、ヴァーチャスパティミシュラ以降見うけられるようになり、それ以降、調気法に関してこの表現が見られるようになる。ハタ・ヨーガ的行法では一般的な表現である。

【プラティヤーハラー】

プラティヤーハラーは、54偈において、心的病を破壊するものとその性格が特徴づけられる。尚、この内容は古典体系のものとは全く異なっており、「バースカラ（太陽）がチャンドラ（月）の甘露より成る滴をひきとめる。このひきとめをひきとめることをプラティヤーハラーという」(55)⁽²⁰⁾即ち、舌の付け根に位置する月より流れ出る甘露を、臍付近の太陽が吸収してしまう。この吸収をひきとめることをプラティヤーハラーというのである。そのための行法として viparīta(-karaṇī) が師のもとで実修されるように説かれる (59)。また、ここで、チャクラについて、anāhata、maṇipūṛaka、mahāpadma(sahasrāra)、viśuddha が60～63偈で再度触れられる。

【ダーラナー】

「ダーラナーとは心臓に五元素を各々凝念することである。心が不動となることによって、ダーラナーは成し遂げられる」(68)⁽²¹⁾と、五元素に対するそれぞれのダーラナーの解説が69～73まで展開する。さらに、この五種のダーラナーによって、stambhānī、drāvaṇī、dahanī、bhrāmaṇī、śoṣaṇī という5つの力が得られるとされ、「行為と思慮と言葉による、五種の得難きダーラナーをヨーギーは常に実行し、すべての苦悩から解放される」(75)⁽²²⁾と結ばれる。

【ディヤーナ】

「このディヤーナには saguṇa と nirguṇa の2種類がある。即ち、saguṇa とは、特質の差異によるものであり、nirguṇa とは絶対智のものである」(77)⁽²³⁾。また、集中の対象として四つのチャクラ、ādihāra、svādhiṣṭhāna、maṇipūṛaka、viśuddha が説かれる。

【サマーディ】

「サマーディによって集中したヨーギーは、香、味、色、触、声や自己や他をも認識しない」(97)⁽²⁴⁾のだけという。このような表現で、時間に苦しめられることがない等、最高境界での特徴ある果報が伝えられる。

結語

以上、Kuvālayānanda 氏の論文邦訳とテキストの一部試訳をこころみてきた。ここまで見てきて分かるように、101偈という限られた中でヨーガ論を展開するため、全体的にこざっぱりとした印象が強い。Kuvālayānanda 版のテキストは増補を含まない原初的なテキストであるが故に、新たに、ヨーガの理論と実修と関係した幾つかの他の要素を取り入れることによって、偈の総数は100偈から200偈あるいはそれ以上に次第に拡充され、

Gorakṣapaddhati 化されていったのである。このあたりの事情については、“*Gorakṣaśata-taka*”[1958]に詳しい。

今回はあくまでも試訳であり、詳細な検討が充分とはいえないが、部分訳ながら未邦訳のハタ・ヨーガ文献を公にできたことで、諸氏の参考となれば幸いである。また、内容的な検討と32偈以降の追加試訳については他日を帰したい。また他文献と比較検討することによって、他派の思想や実践が入り混じるこの時期のヨーガ、特に実践的な面を中心として、その輪郭を少しでも浮き彫りにしていけたらと考えている。

注

- (1) 本稿ではゴラクナートをゴラクシャナータに、またナートをナータにサンスクリット語形として統一して使用した。
- (2) Svāmī Kuvalayānanda and S. A. Shukla(eds.), “*Gorakṣaśata-taka*” in *Yoga-Mīmāṃsā*, 7, 4 (1958; Lonavla)
- (3) 拙稿「ハタ・ヨーガの初期形態について～*Gorakṣaśata-taka* にみる～」『東洋学研究38号』
- (4) Kuvalayānanda 氏は彼の論文で38本の写本を紹介している。その出版元から大きく10種類に分けられる。これらの中にそれぞれ幾つかのマイナー版が存在し、全38種類であると報告している (Kuvalayānanda, *ibid.* pp.1-3)。
- (5) *Gorakṣnāth and the Kānpḥaṭa Yogis*, by G. W. Briggs, Calcutta: 1938 (reprint: 1982)
- (6) *Das Gorakṣaśata-taka*, Fausta Nowotny, Köln: 1976 (Dokumente der Geistesgeschichte, 3)
- (7) Nowotny, *ibid.* pp.60-75
- (8) “*Gorakṣaśata-taka*”[1958] p.11
- (9) 榊和良、「ナータ派研究序説」『印度哲学仏教学』第17号、GSがイスラーム神秘主義のスーフィーに与えた影響についての論考。
- (10) “III GORAKHNATH” “*Gorakṣaśata-taka*”[1958] pp.9-10
- (11) 13世紀末のマラーター地方の作家であり、マラーティー語による『バガバッド・ギター』の詩的注釈書を著した。13世紀後半に逝去したとされる。
- (12) 時間の観念。一瞬の意。
- (13) *Natha-sampradaya / Hajari prasada Dvivedi. Varanasi: Naivedya Niketana 1966*
- (14) カーブルにあるヒンドゥー教の寺院に、Dargha Pir Ratan Nath Hindu Templeがある。
- (15) Briggs 版のテキストでは、ハタ・ヨーガ説の開示を讃えている。
- (16) *Guhyasamāja-Tantra* (8世紀後半) では、pratyāhāra, dhyāna, prāṇāyāma, dhāraṇā, anusmṛti, samādhi の六支瑜伽が説かれている。
- (17) このほかに、43偈にて baddhapadmāsana について触れられている。「締め付けた蓮華坐」といわれ、HYP 1-44、GhS 2-8 に説かれるものが該当する。
- (18) tālv_adhy_agram parivartya、*Maitri-upa.* 6-21
- (19) āsanena rujo hanti prāṇāyāmena pātakam /
vikāraṃ mānaśam yogī pratyāhāreṇa sarvadā // GS 54
- (20) candra-amṛtamayīm dhārām pratyāharati bhāskaraḥ /
tatpratyāharaṇam tasya pratyāhāraḥ sa ucyate // GS 55
- (21) hṛdaye pañcabhūtānām dhāraṇāś ca pṛthak pṛthak /
manaso nīścalatvena dhāraṇā ca vidhiyate // GS 68
- (22) karmaṇā manasā vācā dhāraṇāḥ pañca durlabhāḥ /
vidhāya satatam yogī sarvapāpaiḥ pramucyate // GS 75

- (23) dvidhā bhavati tad dhyānaṃ saṅgaṇaṃ nirguṇaṃ tathā /
saṅgaṇaṃ varṇabhedena nirguṇaṃ kevalaṃ viduḥ // GŚ 77
- (24) na gaṃdha na rasaṃ rūpaṃ na sparśaṃ na ca niḥsvanaṃ /
ātmaṇaṃ na paraṃ vetti yogī yuktaḥ samādhinā // GŚ 97

キーワード：『ゴーラクシャ・シャタカ』、ハタ・ヨーガ、ゴーラクシャ・ナータ、校訂本、
翻訳