

पुरमेकादशद्वारमजस्यावक्रचेतसः ।

अनुष्ठाय न शोचति विमुक्तश्च विमुच्यते । एतद्वै तत् ॥ १ ॥

puramekādaśadvāramajasyāvakracetasah |

anuṣṭāya na śocati vimuktaśca vimucyate | etadvai tat ||1||

ゆがみのない知性をもった不生のもの（アートマン）の（宿っている）十一の門をもつ城塞（じょうさい）（身体）を支配すれば、人は憂いをいだかない。しかし、（その城塞から）抜け出した時、彼は（真に）解放される。これこそまさしくそれである。（1）

ह ँसः शुचिषद्वसुरन्तरिक्षसद्धोता वेदिषदतिथिर्दुरोणसत् ।

नुषद्वरसदृतसद्योस्यमसदब्जा गोजा ऋतजा अद्रिजा ऋतं बृहत् ॥ २ ॥

ha ṅsaḥ śuciṣadvasurantarikṣasaddhotā vediṣadatithirduroṇasat |

nuṣadvarasadr̥tasadyosymasadabjā gojā ṛtajā adrijā ṛtaṃ bṛhat ||2||

それ（アートマン）は鷲鳥（じゆ）として光明のなかにおり、神として空間におり、ホートリ祭官として祭場におり、賓客として家にいる。それは人間のなかにおり、広い空間におり、天則（てんそく）のなかにおり、蒼穹（そうきゅう）にいる。水から生まれ、牛から生まれ、天則から生まれ、岩から生まれ、それは偉大な天則である。（2）

ऊर्ध्वं प्राणमुन्नयत्यपानं प्रत्यगस्यति ।

मध्ये वामनमासीनं विश्वे देवा उपासते ॥ ३ ॥

ūrdhvaṃ prāṇamunnayatyapānaṃ pratyagasyati |

madhye vāmanamāsīnaṃ viśve devā upāsate ||3||

吸いこむ息を（鼻腔（びやく）から）上方へ導き、吐き出す息を逆の方向に投げ、（身体の）中央にすわっている小人（アートマン）をすべての神々は崇拜する。（3）

अस्य विस्त्रंसमानस्य शरीरस्थस्य देहिनः ।

देहाद्विमुच्यमानस्य किमत्र परिशिष्यते ॥ एतद्वै तत् ॥ ४ ॥

asya visraṃsamānasya śarīrasthasya dehinaḥ |

dehādvimucyamānasya kimatra pariśiṣyate || etadvai tat ||4||

この身体内にある個（アートマン）我（わが）が、（肉体への束縛を）ゆるめられて、身体から抜け出したとき、何がそこに残されよう。これこそまさしくそれである。（4）

न प्राणेन नापानेन मर्त्यो जीवति कश्चन ।

इतरेण तु जीवन्ति यस्मिन्नेतावुपाश्रितौ ॥५॥

na prāṇena nāpānena martyo jīvati kaścana |

itareṇa tu jīvanti yasminnetāvupāśritau ||5||

死すべき者は誰でも、吸いこむ息によって生きているのでもなく、吐きだす息によって生きているのでもない。人々は両者の抛りどころである何か他のものによって生きているのである。(5)

हन्त त इदं प्रवक्ष्यामि गुह्यं ब्रह्म सनातनम् ।

यथा च मरणं प्राप्य आत्मा भवति गौतम ॥ ६ ॥

hanta ta idaṃ pravakṣyāmi guhyaṃ brahma sanātanam |

yathā ca maraṇaṃ prāpya ātmā bhavati gautama ||6||

さあ、そなたにこの秘密の、永遠のブラフマンを解き明かそう。そして、アートマンは、死後どうなるのかを、ガウタマよ。(6)

योनिमन्ये प्रपद्यन्ते शरिरत्वाय देहिनः ।

स्थाणुमन्ये'मुसंयन्ति यथाकर्म यथाश्रुतम् ॥ ७ ॥

yonimanye prapadyante śarriratvāya dehinaḥ |

sthāṇumanye'muśamyanti yathākarma yathāśrutam ||7||

ある(人々に宿っていた)個我は、(その人の身体から離脱したのち、再び他の人の)身体を得るために母胎にはいる。他(の人々に宿っていた個我)は静物にはいりこむ。(それぞれの人のこの世における)行為に応じ、学識に応じて。(7)

य एष सुप्तेषु जागर्ति कामं कामं पुरुषो निर्मिमाणः ।

तदेव शुक्रं तद्ब्रह्म तदेवामृतमुच्यते ।

तस्मिँल्लोकाः श्रिताः सर्वे तदु नात्येति कश्चन । एतद्वै तत् ॥ ८ ॥

ya eṣa supteṣu jāgarti kāmaṃ kāmaṃ puruṣo nirmimāṇaḥ |

tadeva śukraṃ tadbrahma tadevāmṛtamucyate |

tasmīllokāḥ śritāḥ sarve tadu nātyeti kaścana | etadvai tat ||8||

眠っている者たちのなかにあつて目覚めているこの神人<sup>गुरु</sup>(アートマン)は、望みのままに(さまざまのものを)創造する。それこそ光輝、それがブラフマン、それがまさしく不死といわれる。全世界はそれを抛りどころとしている。実にそれをこえる者はだれもない。これこそまさしくそれである。(8)

अग्निर्यथैको भुवनं प्रविष्टो रूपं रूपं प्रतिरूपो बभूव ।

एकस्तथा सर्वभूतान्तरात्मा रूपं रूपं प्रतिरूपो बहिश्च ॥९॥

agniryathaiko bhuvanam praviṣṭo rūpaṃ rūpaṃ pratirūpo babhūva |  
ekastathā sarvabhūtāntarātmā rūpaṃ rūpaṃ pratirūpo bahiśca ||9||

一つの火が被造物に、（その体内で消化をつかさどる火として）はいりこみ、（被造物の）それぞれの形に応じた形をとるように、万物の内部にあるアートマンは一つであるが、（万物の）それぞれの形に応じた形をとり、しかも（唯一者として万物の）外にある。（9）

वायुर्यथैको भुवनं प्रविष्टो रूपं रूपं प्रतिरूपो बभूव ।

एकस्तथा सर्वभूतान्तरात्मा रूपं रूपं प्रतिरूपो बहिश्च ॥१०॥

vāyuryathaiko bhuvanam praviṣṭo rūpaṃ rūpaṃ pratirūpo babhūva |  
ekastathā sarvabhūtāntarātmā rūpaṃ rūpaṃ pratirūpo bahiśca ||10||

一つの風が被造物に、（その体内の風、すなわち氣息として）はいりこみ、（被造物の）それぞれの形に応じた形をとるように、万物の内部にあるアートマンは一つであるが、（万物の）それぞれの形に応じた形をとり、しかも（唯一者として万物の）外にある。（10）

सूर्यो यथा सर्वलोकस्य चक्षुर्न लिप्यते चाक्षुषैर्बाह्यदोषैः ।

एकस्तथा सर्वभूतान्तरात्मा न लिप्यते लोकदुःखेन बाह्यः ॥११॥

sūryo yathā sarvalokasya cakṣurna lipyate cākṣuṣairbāhyadoṣaiḥ |  
ekastathā sarvabhūtāntarātmā na lipyate lokaduḥkhena bāhyaḥ ||11||

全世界の眼である太陽が、（被造物の）眼の外的な欠陥によって汚されないように、万物の内部に存在する一者としてのアートマンは、世界の不幸に汚されず、その外にある。（11）

एको वशी सर्वभूतान्तरात्मा एकं रूपं बहुधा यः करोति ।

तमात्मस्थं ये'नुपश्यन्ति धीरास्तेषां सुखं शाश्वतं नेतरेषाम् ॥ १२ ॥

eko vaśī sarvabhūtāntarātmā ekaṃ rūpaṃ bahudhā yaḥ karoti |  
tamātmastham ye'nupaśyanti dhīrāsteṣāṃ sukhaṃ śāśvataṃ netareṣām ||12||

万物の内部にあるアートマンは、唯一の主であり、一つのすがたを多様にする。それが自分のなかに存在するのを洞察する賢者たち、——永遠の幸福は彼らにあり、他の者にはない。（12）

नित्यो' नित्यानां चेतनश्चेतनानामेको बहूनां यो विदधाति कामान् ।

तमात्मस्थं ये' नुपश्यन्ति धीरास्तेषां शान्तिं शाश्वती नेतरेषाम् ॥ १३ ॥

nityo'nityānām cetanaścetanānāmeko bahūnām yo vidadhāti kāmān |

tamātmaṣṭhaṃ ye'nupaśyanti dhīraśteṣāṃ śāntiṃ śāśvatī netareṣām ||13||

無常な者たちに属する永遠のもの、知性ある者たちの知性、多に属する一者、(被造物に) さまざまな欲望を与える者 (アートマン)、それが自分のなかに存在するのを洞察する賢者たち——永遠の平安は彼らにあり、他の者にはない。(13)

तदेतदिति मन्यन्ते'निर्देश्यं सुखम् ।

कथं नु तद्विजानीयां किमु भाति विभाति वा ॥ १४ ॥

tadetaditi manyante'nirdeśyaṃ sukham |

kathaṃ nu tadvijānīyāṃ kimu bhāti vibhāti vā ||14||

筆舌に尽くしがたい最高の幸福を、「これがそれだ」と人々は思う。それをどのように理解すべきであろうか。それは輝きまたは耀かがやくであろうか。(14)

न तत्र सूर्यो भाति न चन्द्रतारकं नेमा विद्युतो भान्ति कुतो'यमग्निः ।

तमेव भान्तमनुभाति सर्वं तस्य भासा सर्वमिदं वभाति ॥ १५ ॥

na tatra sūryo bhāti na candratāraḥ nemā vidyuto bhānti kuto'yamagniḥ |

tameva bhāntamanubhāti sarvaṃ tasya bhāsā sarvamidaṃ vabhāti ||15||

そこでは太陽も月や星も輝かず、これらの稲妻も、ましてこの(地上の)火も輝くことなく、それが輝くときにのみすべては反映して耀き、その光輝によってこの全世界は耀くのである。(15)

和訳出典：

服部正明(訳)「死神の秘教 カタ・ウパニシャッド」

長尾正人・責任編集 1969 「バラモン経典原始仏教」世界の名著I