

bhagavad-gītā

atha śaṣṭho'dhyāyaḥ (ātma-saṁyama-yogaḥ)

第六章（自己制御のヨーガ）

śrībhagavān uvāca

an-ā-śritaḥ karma-phalam kāryaṁ karma karoti yaḥ
sa saṁnyāsī ca yogī ca na nir-agnir na cā-kriyaḥ || 1 ||

尊神クルシュナが(śrī-bhagavān)言った(uvāca)。

行為の結果に(karma-phalam)執着せず(an-ā-śritaḥ)、なすべき行為〔義務〕を(kāryam karma)果たす(karoti)者は(yaḥ, saḥ)、放擲者であり(saṁ-nyāsī ca)、ヨーガ行者である(yogī ca)。単に祭火を焚かぬ者(na nir-agniḥ)、祭祀を怠る者はさにあらず(na ca^a-kriyaḥ)。

• 3-4, 5-6 参照。

yaṁ saṁnyāsam-iti prāhur-yogaṁ taṁ viddhi pāṇḍava
na hy-asamnyasta-saṁ-kalpo yogī bhavati kaś-cana || 2 ||

放擲と(saṁ-nyāsam iti)いわゆる(pra^āhuḥ)もの(yam)、それを(tam)ヨーガと(yogam)知りなさい(viddhi)、^{パーンダヴァのチ}アルジュナよ(pāṇḍava)。欲望を放擲せぬ者は(a-saṁ-nyasta-saṁ-kalpah)、何人たりとも(kaś-cana)ヨーガ行者であり得ない(na hi, yogī bhavati)。

ā-rurukṣor-muner-yogaṁ karma kāraṇam-ucyate
yogārūḍhasya tasyaiva śamaḥ kāraṇam-ucyate || 3 ||

ヨーガを(yogam)登ろうとする(ā-rurukṣoḥ)求道者にとって(muneh)、行為が(karma)定法である(kāraṇam)と言われる(ucyate)。すでにヨーガに登りつめた者にとっては(yoga^ā-rūḍhasya tasya_eva)、寂靜〔三昧〕が(śamaḥ)定法である(kāraṇam)と言われる(ucyate)。

• ヨーガの修行段階（ヨーガの八段階；八支則）。

禁戒（非行, 4-17）・勸戒（行為, 4-17）→アーサナ・呼吸法・制感→集中・

瞑想・三昧（寂靜）。4-26～4-27, 6-11～6-14, 5-27～5-28 等参照。

yadā hi nendriyārtheṣu na karmasv-anu-śajjate
sarva-saṁkalpa-saṁnyāsī yogārūḍhas-tadocyate || 4 ||

実に(hi)、感官の対象にも(na_indriya^artheṣu)行為〔と結果〕にも(na karmasu)執着せず(na, anu-śajjate)、一切の欲望を放擲している(sarva-saṁkalpa-saṁnyāsī)時(yadā, tadā)、ヨーガの登頂〔到達〕者(yoga^ā-rūḍhaḥ)と呼ばれる(ucyate)。

ud-dhared-ātmanātmānam nātmānam-ava-sādayet
ātmaiva hy-ātmano bandhur-ātmaiva ripur-ātmanah || 5 ||

自ら自己を(ātmanā^ātmānam)高めよ(ud-dharet)。自己を(ātmānam)貶めてはならない(na, ava-sādayet)。実に(hi)、自己こそ(ātmā_eva)自己の(ātmanah)友であり(bandhuḥ)、自己こそ(ātmā_eva)自己の(ātmanah)敵である(ripurḥ)。

- 高次の自己（アートマン）と低次の自己（自我；心）。自己を向上させるも下落させるも自分次第であり、それによって自己は友にも敵にもなる。

bandhur-ātmātmanas-tasya yenātmaivātmanā jitaḥ
an-ātmanas tu śatru-tve vartet-ātmaiva śatruvat || 6 ||

実に自ら自己〔自我；心〕を制した(yena^ātmā_eva^ātmanā jitaḥ)者にとって(tasya)、自己は自己の(ātmā^ātmānam)友である(bandhuḥ)。だが(tu)、自己を持さぬ者にとって(an-ātmanah)、自己はまさに(ātmā_eva)敵のように(śatru-vat)抗うだろう(śatru-tve vartet)。

jitātmanah pra-śāntasya paramātmā sam-ā-hitah
śītoṣṇa-sukha-duḥkheṣu tathā mānāpa-mānayoh || 7 ||

自己〔自我；心〕を制し(jita^ātmanah)寂靜〔平安〕を得た者の(pra-śāntasya)至高の自己^{パラマートマン}は(parama^ātmā)、寒暑苦楽に対しても(śītoṣṇa-sukha-duḥkheṣu)、名誉・不名誉に対しても(tathā māna^apa-mānayoh)平等である(sam-ā-hitah)。

- 2-48, 4-22, 12-18, 12-19, 14-24, 14-25 等参照。

jñāna-vi-jñāna-ṭṛptātmā kūṭa-stho vi-jitendriyah
yukta ity-ucyate yogī sama-loṣṭāśma-kāñcanah || 8 ||

理論知・実践知によって自己に満足し^{アートマン}(jñāna-vi-jñāna-ṭṛpta^ātmā)、揺らがず(kūṭa-sthaḥ)、感官を制し(vi-jita_indriyah)、土塊も石塊も金塊も平等に見なす(sama-loṣṭā^āśma-kāñcanah)ヨーガ行者は(yogī)、「専心者」と呼ばれる(yuktaḥ iti_ucyate)。

su-hṛn-mitrāry-ud-āsīna-madhyastha-dveṣya-bandhuṣu
sādhuṣv-*api ca pāpeṣu sama-buddhir-vi-śiṣyate* || 9 ||

友(su-hṛt-)、味方(mitira-)、敵(a-ri-)、中立者(ud-āsīna-)、中間者[介在者](madhyastha-)、憎むべき者(dveṣya-)、親類縁者に対しても(bandhuṣu)、善人と悪人に対しても(sādhuṣu *api ca pāpeṣu*)平等に見る者は(sama-buddhiḥ)、優れている(vi-śiṣyate)。

yogī yuñjīta satatam-ātmānam rahasi sthitaḥ
ekākī yata-cittātmā nir-āśīr-*apari-graḥaḥ* || 10 ||

ヨーガ行者は(yogī)、人里離れた場所に(rahasi)一人隠遁し(sthitaḥ ekākī)、自己を制御し(yata-citta^{アートマン}-ātmā)、欲望なく(nir-āśīḥ)、所有[欲]なく(a-pari-graḥaḥ)、常に(satatam)自己に(ātmānam)専心すべきである(yuñjīta)。

• 4-21 参照。

śucau deśe prati-ṣṭhāpya sthīram-āsanam-ātmanah
nāty-uc-chritam nāti-nīcam cailājina-kuśottaram || 11 ||

清浄な(śucau)場所に(deśe)、高すぎず(na^{na}-aty-uc-chritam)低すぎず(na^{na}-ati-nīcam)、[上から]布(caila-)、鹿皮(ajina-)、吉祥草と敷き重ねた(kuśa^{クシヤ}-uttaram)安定した(sthīram)自らの座を(āsanam ātmanah)設け—— (prati-ṣṭhāpya)、

tatraikāgram manah kṛtvā yata-cittendriya-kriyaḥ
upa-viśyāsane yuñjyād-yogam-ātma-vi-śuddhaye || 12 ||

そこに(tatra)坐す間(upa-viśya^{こころ}-āsane)、意を一点に集中し(eka^{こころ}-āgram manah kṛtvā)、心と感官の活動を制御し(yata-citta^{こころ}-indriya-kriyaḥ)、自己を浄化するため(ātma-vi-śuddhaye)ヨーガに(yogam)専心すべきである(yuñjyāt)。

samam kāya-śīro-grīvam dhārayann-acalam sthiraḥ
saṁ-prekṣya nāsikāgram svam diśaś-cānava-lokayan || 13 ||

胴体・頭・首を(kāya-śīro-grīvam)垂直不動に保ちつつ(samam, dhārayan a-calam sthiraḥ)、自らの(svam)鼻先を(nāsikā^{こころ}-āgram)凝視し(saṁ-prekṣya)、周囲に(diśaḥ)脇目をふらず—— (ca^{こころ}-an-ava-lokayan)、

pra-śāntātmā vi-gata-bhīr-brahmacāri-vrate sthitaḥ
manaḥ saṁ-yamya mac-citto yukta āsīta mat-parah || 14 ||

心を静め(pra-śānta^{こころ}-ātmā)、恐怖を離れ(vi-gata-bhīḥ)、梵行[禁欲]の誓戒を(brahmacāri-vrate)守り(sthitaḥ)、意を制御し(manaḥ saṁ-yamya)、私を思念し(mac-cittaḥ)、私に専念し(mat-parah)、専心して(yuktaḥ)坐すべきである(āsīta)。

yuñjann-evam sadātmānam yogī ni-yata-mānasah
śāntim nir-vāṇa-paramām mat-saṁ-sthām adhi-gacchati || 15 ||

このように(evam)常に(sadā)自己に(ātman^{アートマン})専心しつつ(yuñjan)、意^{こころ}を制御した(ni-yata-mānasah) ヨーガ行者は(yogī)、究極の涅槃寂静である(śāntim nir-vāṇa-paramām)私との合一を(mat-saṁ-sthām)果たす(adhi-gacchati)。

- mat-saṁ-sthā : union with me

nāty-aśnatas-tu yogo'sti na caikāntam-anaśnataḥ
na cāti svapna-śīlasya jāgrato naiva cārjuna || 16 ||

だが(tu)ヨーガは(yogaḥ)、過食の者や(na[^]aty-aśnataḥ)絶食の者には(na ca[^]ekāntam an-aśnataḥ)不可能 [無用] である([na] asti)。過眠の者や(na ca[^]ati svapna-śīlasya)、不眠の者にとっても然り(jāgrataḥ na[^]eva ca)、アルジュナよ(arjuna)。

- 節制 (摂生) と中庸の道を説く。絶食は無理な断食をすることや極端に食事制限したり小食なこと、不眠は必要な睡眠を削ること。

yuktā-hāra-vi-hārasya yukta-ceṣṭasya karmasu
yukta-svapnāva-bodhasya yogo bhavati duḥkha-hā || 17 ||

正しく食事を摂り、散策 [運動] し(yukta[^]ā-hāra-vi-hārasya)、行いに節度あり(yukta-ceṣṭasya karmasu)、正しく寝起きする者にこそ(yukta-svapna[^]ava-bodhasya)、苦^{はら}を掃う(duḥkha-hā)ヨーガは(yogaḥ)可能 [有用] となる(bhavati)。

yadā vi-ni-yataṁ cittam-ātmany-evāva-tiṣṭhate
niḥ-sprhaḥ sarva-kāmebhyo yukta ity-ucyate tadā || 18 ||

心が(cittam)制御され(vi-ni-yataṁ)、自己にのみ(ātmani^{アートマン}_eva)安住し(ava-tiṣṭhate)、切望なく(niḥ-sprhaḥ)一切の欲望を離れている(sarva-kāmebhyah)時(yadā, tadā)、人は「専心者」と呼ばれる(yuktaḥ iti[^]uciyate)。

yathā dīpo ni-vāta-stho neṅgate sopamā smṛtā
yogino yata-cittasya yuñjato yogam-ātmanah || 19 ||

風なき所の(ni-vāta-sthaḥ)燈火の(dīpaḥ)揺らがざるが(na[^]iṅgate)ごとし—— (yathā)。心を制御し(yata-cittasya)、自己のヨーガに(yogam ātmanah^{アートマン})専心している(yuñjataḥ) ヨーガ行者 [の境地] は(yoginaḥ)、そのように(sā)喩えられる(upa-mā smṛtā)。

yatropa-ramate cittam ni-ruddham yoga-sevayā
yatra caivātmanātmānam paśyann-ātmani tuṣyati || 20 ||

その境地にて(yatra)、ヨーガ修練により(yoga-sevayā)心は(cittam)制御され
(ni-ruddham)静止し(upa-ramate)、その境地にて(yatra ca_eva)、人は自ら(ātmanā)
アーマン
自己を(ātmanam)自己の裡に(ātmani)見出して(paśyan)満足し——(tuṣyati)、

- 6-20 から 6-23 まで、関係代名詞で繋がれた一続きの文となる。それぞれ、
yatra, yatra, yatra, (ayam), yam, yasmin の関係代名詞が、相関詞 tam に
かかる。このような境地が、前出の「風なき所の…(6-19)」と喩えられる。

sukham-ātyantikam yat-tad-buddhi-grāhyam-atīndriyam
vetti yatra na caivāyam sthitaś-calati tattvataḥ || 21 ||

その境地にて(yatra)、感官を超越した(ati^indriyam)^{ブッディ}知性によって認識し得る
(buddhi-grāhyam)、かの永遠の(ātyantikam yat tat)至福を(sukham)知り(vetti)、これ
に安住する者は(ca_eva^ayam sthitaḥ)真理から(tattva-taḥ)逸脱することなく——(na,
calati)、

yam labdhvā cāparam lābham manyate nādhikam tataḥ
yasmin-sthito na duḥkhena guruṇāpi vi-cālyate || 22 ||

ひとたびそれを(yam)得るや(labdhvā ca, tataḥ)他に得られるものを(aparam lābham)
劣れりと見なし(manyate na^adhikam)、そこに(yasmin)安住すれば(sthitaḥ)重苦にも
(duḥkhena guruṇā^api)動揺させられることがない——(na, vi-cālyate)、

tam vidyād-duḥkha-saṁyoga-vi-yogaṁ yoga-saṁ-jñitam
sa niś-cayena yoktavyo yogo'nir-viṇṇa-cetasā || 23 ||

そのような(tam)、苦との結び付きを(duḥkha-saṁyoga-)解き離すことを(vi-yogaṁ)、
ヨーガなるものと(yoga-saṁ-jñitam)知りなさい(vidyāt)。その(saḥ)ヨーガを(yogaḥ)、
不撓不屈の精神を以て(niś-cayena, a-nir-viṇṇa-cetasā)修めるべし(yoktavyaḥ)。

- 「苦との結び付き」 14-20 参照。

saṁ-kalpa-pra-bhavān kāmāns-tyaktvā sarvān-aśeṣataḥ
manasaivendriya-grāmaṁ vi-ni-yamya samanta-taḥ || 24 ||

想念から生じる(saṁ-kalpa-pra-bhavān)一切の(sarvān)欲望を(kāmān)残らず
(a-śeṣataḥ)捨て去り(tyaktvā)、^{こころ}意により(manasā_eva)感官の群を(indriya-grāmaṁ)
遍く(samanta-taḥ)制御し——(vi-ni-yamya)、

śanaiḥ śanair-upa-ramed-buddhyā dhṛti-grhīṭayā
ātma-saṁ-stham manaḥ kṛtvā na kiṁ-cid-api cintayet || 25 ||

堅持された知性により(buddhyā dhṛti-grhīṭayā)、徐々に徐々に(śanaiḥ śanaiḥ)〔意^{こころ}を〕
静止すべし(upa-ramet)。意を自己^{アートマン}のみに据え(ātma-saṁ-stham manaḥ kṛtvā)、何も
のも他念すべきでない(na kiṁ-cid-api cintayet)。

- 「堅持された知性」 知性のヨーガ (2-49, 2-54 注釈参照)。

yato yato niś-carati manaś-cañcalam-asthiram
tatas-tato ni-yamyaitad-ātmany-eva vaśam nayet ||26 ||

方々から(yataḥ yataḥ)、不安定に揺れ動く(cañcalam a-sthiram)意〔想念〕が(manaḥ)
浮かんで来ようとも(niś-carati)、その都度(tataḥ tataḥ)これを制御して(ni-yamya-etat)、
ひたすら自己の(ātmani-eva)支配下へと(vaśam)導くべし(nayet)。

pra-śānta-manasaṁ hy-enam yoginam sukham-uttamam
upaiti śānta-rajasam brahma-bhūtam-akalmaṣam || 27 ||

実に(hi)、無上の至福は(sukham ut-tamam)、意が静まり(pra-śānta-manasaṁ)、激性^{ラジャス}
が静まり(śānta-rajasam)、ブラフマンと一つになった(brahma-bhūtam)、かかる
(enam)罪障なき(a-kalmaṣam)ヨーガ行者に(yoginam)訪れる(upa-eti)。

yuñjann-evam sadātmānam yogī vi-gata-kalmaṣaḥ
sukhena brahma-saṁ-sparsam-atyantam sukham-aśnute ||28 ||

このように(evam)常に(sadā)自己^{アートマン}に(ātmānam)専心しつつ(yuñjan)罪障を離れた
(vi-gata-kalmaṣaḥ)ヨーガ行者は(yogī)、容易に(sukhena)、ブラフマンとの合一という
(brahma-saṁ-sparsam)無限の(aty-antam)至福を(sukham)得る(aśnute)。

- 苦との結合の解除＝ヨーガ（結合、合一）＝ブラフマンとの合一＝至福

sarva-bhūta-stham-ātmānam sarva-bhūtāni cātmani
īkṣate yoga-yuktātmā sarvatra sama-darśanaḥ || 29 ||

ヨーガに専心し(yoga-yukta-ātmā)、一切を(sarva-tra)平等に見る者は
(sama-darśanaḥ)、万物の裡に宿る(sarva-bhūta-stham)自己^{アートマン}を見(ātmānam)、また万
物を(sarva-bhūtāni ca)自己の裡に(ātmani)見る(īkṣate)。

- 5-7, 13-28 参照。

yo mām paśyati sarvatra sarvaṁ ca mayi paśyati
tasyāhaṁ na pra-ṇaśyāmi sa ca me na pra-ṇaśyati || 30 ||

私を(mām)一切の裡に(sarva-tra)見(paśyati)、また一切を(sarvaṁ ca)私の裡に(mayi)見る(paśyati)者にとって(yaḥ, tasya)、私は(aham)失われようがなく(na pra-ṇaśyāmi)、また私にとって(ca me)、彼は(saḥ)失われようがない(na pra-ṇaśyati)。

• 4-35 参照。

sarva-bhūta-sthitaṁ yo mām bhajaty-ekatvam-ā-sthitaḥ
sarvathā vartamāno'pi sa yogī mayi vartate || 31 ||

この一如觀に(eka-tvam)立ち(ā-sthitaḥ)、万物に宿る(sarva-bhūta-sthitaṁ)私を(mām)信愛する(bhajati)かかるヨーガ行者は(yaḥ, saḥ yogī)、いつどこにしようとも(sarvathā vartamānaḥ api)私の裡にある(mayi vartate)。

ātmaupamyena sarvatra samaṁ paśyati yo'rjuna
sukhaṁ vā yadi vā duḥkhaṁ sa yogī paramo mataḥ ||32 ||

アルジュナよ(arjuna)、自己に照らし合わせ(ātma[^]upamyena)、幸福にしる(sukhaṁ vā)不幸にしる(yadi vā duḥkhaṁ)、それを一切の裡に(sarva-tra)等しく(samaṁ)見る者は(paśyati yaḥ)、最高のヨーガ行者と(saḥ yogī paramaḥ)見なされる(mataḥ)。

• 自身の幸不幸（苦楽）を平等に見なすとともに、また、他者の幸不幸も、自分自身のそれと同じものとして(ātmaupamyena)、等しく見る。

arjuna uvāca

yo'yaṁ yogas-tvayā proktaḥ sāmyena madhu-sūdana
etasyāhaṁ na paśyāmi cañcala-tvāt-sthitiṁ sthiraṁ || 33 ||

アルジュナが(arjunaḥ)言った(uvāca)。

悪鬼マドゥを滅ぼした方

マドゥスーダナよ(madhu-sūdana)、あなたは(tvayā)ヨーガが(yogaḥ)平等の境地である所以を(sāmyena)説かれたが(pra-uktaḥ)、私は(aham)動揺の余り(cañcala-tvāt)、この(yaḥ ayam, etasya)不動の境地を(sthitiṁ sthiraṁ)見出せません(na paśyāmi)。

cañcalaṁ hi manaḥ kṛṣṇa pra-māthi balavad-dṛḍham
tasyāhaṁ ni-grahaṁ manye vāyor-iva su-duṣkaram || 34 ||

クルシュナよ(kṛṣṇa)、実に(hi) ^{こころ}意は(manaḥ)動揺し(cañcalaṁ)かき乱れ(pra-māthi)、手強く頑なです(bala-vat dṛḍham)。それを(tasya)抑えるなど(ni-grahaṁ)、風を抑えるように(vāyoḥ iva)至難の業であると(su-duṣkaram)私には(aham)思われます(manye)。

- cañcala- : 不安定な、動揺する、気まぐれな

śrībhagavān uvāca

a-saṁ-śayaṁ mahā-bāho mano dur-ni-grahaṁ calam
abhyāsenā tu kaunteya vairāgyeṇa ca gr̥hyate || 35 ||

尊神クルシュナが(śrī-bhagavān)言った(uvāca)。

豪腕の士アルジュナよ(mahā-bāho)、確かに(a-saṁ-śayaṁ)意は(mahaḥ)揺れやすく(calam)抑し
難い(dur-ni-grahaṁ)。だが(tu)アルジュナよ(kaunteya)、それは常修 [不斷の修練] と
(abhy-āsenā)離欲によって(vairāgyeṇa ca)抑えられる(gr̥hyate)。

a-saṁ-yatātmanā yogo duṣ-prāpa iti me matiḥ
vaśyātmanā tu yatatā śakyo'vāptum-upāyataḥ || 36 ||

自己 [心] を制御できぬ者に(a-saṁ-yata^ātmanā)ヨーガは(yogaḥ)達成し難い
(duṣ-prāpaḥ)と(iti)私は(me)認める(matiḥ)。だが(tu)、[私の説く] 正しい方法にて
(upāya-taḥ)心を制御する(vaśya^ātmanā)努力をする者は(yatatā)、達成し得る(śakyaḥ
ava-āptum)。

arjuna uvāca

a-yatiḥ śraddhayopeto yogāc-calita-mānasah
a-prāpya yoga-saṁ-siddhiṁ kām gatiṁ kṛṣṇa gacchati || 37 ||

アルジュナが(arjunaḥ)言った(uvāca)。

信仰を以て(śraddhayā)取り組むも(upetaḥ)、[自己] 制御ならず(a-yatiḥ)、ヨーガから
(yogāt)意が逸脱してしまった者は(calita-mānasah)、ヨーガの成就に
(yoga-saṁ-siddhiṁ)至らずして(a-pra-āpya)、いかなる道 [運命] を(kām gatiṁ)辿る
のでしょうか(gacchati)、クルシュナよ(kṛṣṇa)。

kaccin-nobhaya-vi-bhraṣṭaś-chinnābhram-iva naśyati
a-prati-ṣṭho mahā-bāho vi-mūḍho brahmaṇaḥ pathi || 38 ||

よもや(kaccit na)、両方から(ubhaya-)脱落した者は(vi-bhraṣṭaḥ)、千切れ雲のごとく
(chinna^abhram iva)消え失せてしまわないでしょうか(naśyati)。クルシュナよ
(mahā-bāho)、ブラフマンの道に(brahmaṇaḥ pathi)迷い(vi-mūḍhaḥ)、肝心の拠り所を
なくして—— (a-prati-ṣṭhaḥ)。

- 「両者」 おそらく、ヨーガ修練 (行為と放擲のヨーガ: 6-1~6-4、常修: 6-35,
6-36, 6-44) とヨーガの成就 (ブラフマンとの合一: 6-28) と思われる。

etan-me saṁ-śayam kṛṣṇa chettum-arhasy-aśeṣataḥ
tvad-anyah saṁ-śayasyāsyā chettā na hy-upa-padyate || 39 ||

私の(me)この(etat)疑心を(saṁ-śayam)、クルシュナよ(kṛṣṇa)、残らず(aśeṣa-taḥ)断ち切って下さい(chettum arhasi)。この疑心を(saṁ-śayasyāsyā)断てる方は(chettā)、あなた以外に(tvat anyah)おられません(na hi_upa-padyate)。

śrībhagavān uvāca

pārtha naiveha nāmutra vi-nāśas-tasya vidyate
na hi kalyāṇa-kṛt-kaś-cid-dur-gatiṁ tāta gacchati || 40 ||

尊神クルシュナが(śrī-bhagavān)言った(uvāca)。

アルジュナ^{ブルターの子}よ(pārtha)、この世〔地上〕においても(na_eva_iha)あの世〔靈界；来世〕においても(na^amutra)、その者が(tasya)滅びることは(vi-nāśaḥ)ない([na] vidyate)。愛しき友よ(tāta)、善行を積む者は(kalyāṇa-kṛt)何人も(kaś-cit)、悪趣に(dur-gatiṁ)赴くことはない(na hi, gacchati)。

- 悪趣、悪道（現世で悪事を働いた者が、死後に陥る下層世界；地獄など）

prāpya puṇya-kṛtāṁl lokān-uṣitvā śāśvatīḥ samāḥ
śucīnām śrī-matām gehe yoga-bhraṣṭo'bhi-jāyate || 41 ||

ヨーガから脱落した者は(yoga-bhraṣṭaḥ)、善行者の住む(puṇya-kṛtān)世界に(lokān)至り(pra-āpya)、永遠の歲月(śāśvatīḥ samāḥ)そこで過ごした後(uṣitvā)、清浄で栄光ある〔福德に恵まれた〕人々の(śucīnām śrī-matām)家に(gehe)再生する(abhi-jāyate)。

- 「善行者の住む世界」 8-25, 9-20, 9-21, 14-14, 14-18, 18-71 参照。

atha-vā yoginām-eva kule bhavati dhī-matām
etad-dhi dur-labha-taraṁ loka janma yad-īdṛśam || 42 ||

あるいはまた(atha vā)、叡智ある(dhī-matām)ヨーガ行者たちの家に(yoginām eva kule)生まれる(bhavati)。この世で(loke)、このような(etat)生を授かることは(janma yat īdṛśam)、実に(hi)最も得難いことだ(dur-labha-taram)。

tatra taṁ buddhi-saṁ-yogaṁ labhate paurva-dehikam
yatate ca tato bhūyaḥ saṁ-siddhau kuru-nandana || 43 ||

彼はそこで(tatra)、前生から引き継がれた(paurva-dehikam)、かの知性との結び付きを果たす(taṁ buddhi-saṁ-yogaṁ labhate)。それから一層(ca tataḥ bhūyaḥ)、成就を目指して(saṁ-siddhau)努力する(yatate)。アルジュナよ(kuru-nandana)。

- 「かの知性との結び付きを果たす」15-7 参照。

pūrvābhy-āsena tenaiva hriyate hy-avaśo'pi saḥ
jijñāsur-api yogasya śabda-brahmāti-vartate || 44 ||

なぜなら(hi)彼は(saḥ)、彼自身が(tena_eva)前生で繰り返した修練に(pūrvā^abhy-āsena)、否応なくも(a-vaśaḥ api)惹かれるからだ(hriyate)。ヨーガを(yogasya)知ろうと望むだけでも(jijñāsuḥ api)、言葉のブラフマンを(śabda-brahma)超越する(ati-vartate)。

- 「言葉のブラフマン」brahman-はVeda-を意味する場合がある。2-42 から、「(華々しい) ヴェーダの言葉(veda-vāda-) (が約束する果報)」と解釈することができる。さらに 6-46 から、「知識ある者(jñānin-)」や、「ヴェーダ祭式を行う者(karmin-)」を示唆していることも読み取れる。また、4-12, 7-23 参照。

pra-yatnād-yatamānas tu yogī saṁ-śuddha-kilbiṣaḥ
an-eka-janma-saṁ-siddhas-tato yāti parām gatim || 45 ||

そして(tu)、努力精進を重ねつつ(pra-yatnāt yatamānaḥ)、ヨーガ行者は(yogī)罪障が浄められ(saṁ-śuddha-kilbiṣaḥ)、幾多の生を経て(an-eka-janma-)成就に達し(saṁ-siddhaḥ)、かくして(tataḥ)最高の境地に(parām gatim)至る(yāti)。

tapas-vibhyo'dhiko yogī jñānibhyo'pi mato'dhikaḥ
karmibhyaś-cādhiko yogī tasmād-yogī bhavārjuna || 46 ||

ヨーガ行者は(yogī)、苦行者たちに(tapas-vibhyaḥ)勝り(adhikaḥ)、知識[理論知]ある者たちにさえも(jñānibhyaḥ api)勝ると(adhikaḥ)見なされる(mataḥ)。また(ca)ヨーガ行者は(yogī)、祭式を行う者たちにも(karmibhyaḥ)勝ると(adhikaḥ)。しからは(tasmāt)ヨーガ行者であれ(yogī bhava)、アルジュナよ(arjuna)。

- 「知識ある者」ここでは特に知識のヨーガ(理論知、サーンキヤ)を修める者を指すと思われる(12-12 参照)。

yoginām-api sarveṣāṁ mad-gatenāntar-ātmanā
śraddhā-vān-bhajate yo mām sa me yukta-tamo mataḥ || 47 ||

すべてのヨーガ行者のうちでも(yoginām api sarveṣāṁ)、私に内なる心に向け(mad-gatena^antar-ātmanā)、信仰ありて(śraddhā-vān)私を(mām)信愛する(bhajate)者こそ(yaḥ, saḥ)、最高の専心者であると(yukta-tamaḥ)私は(me)見なす(mataḥ)。