

ニルヴァーナ・シャットカム  
アーディ・シャンカラチャーリヤによる賛歌

第1節

मनोबुद्धयहङ्कारचित्तानि नाहं  
न च श्रोत्रजिह्वे न च घ्राणनेत्रे ।  
न च व्योम भूमिर्न तेजो न वायुः  
चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

*mano-buddhyahaṅkāra-cittāni nāham  
na ca śrotra-jihve na ca ghrāṇa-netre /  
na ca vyoma bhūmir na tejo na vāyuh  
cid-ānanda-rūpaḥ śivo 'ham śivo 'ham ॥*

私は自覚ある、あるいは無自覚なマインドではなく、  
知性でもエゴでもなく、耳でも舌でも  
嗅覚でも視覚でもなく、  
エーテルでも空気でも火でも地でもない。  
私は大いなる意識であり至福である。私はシヴァである！ 私はシヴァである！

第2節

न च प्राणसंज्ञो न वै पञ्चवायुः  
न वा सप्तधातुर्न वा पञ्चकोशः ।  
न वाक्पाणिपादं न चोपस्थपायू  
चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

*na ca prāṇa-samjño na vai pañca-vāyuh  
na vā sapta-dhātur na vā pañca-kośaḥ /  
na vāk-pāṇi-pādaṁ na copastha-pāyū  
cid-ānanda-rūpaḥ śivo 'ham śivo 'ham ॥*

私はプレーナあるいは五つの気ではなく、  
肉体の七つの構成物質でも五つの鞘(さや)でもなく、  
話す言葉でも手でも足でも肉体の器官でもない。  
私は大いなる意識であり至福である。私はシヴァである！ 私はシヴァである！

### 第3節

न मे द्वेषरागौ न मे लोभमोहौ  
मदो नैव मे नैव मात्सर्यभावः ।  
न धर्मो न चार्थो न कामो न मोक्षः  
चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

*na me dveṣa-rāgau na me lobha-mohau  
mado naiva me naiva mātsarya-bhāvaḥ /  
na dharmo na cārtho na kāmo na mokṣaḥ  
cid-ānanda-rūpaḥ śivo 'ham śivo 'ham ||*

嫌悪も執着も、貪欲も妄想も、  
高慢もねたみの感情も、  
正義も富も  
喜びも解放も全く私のものではない。  
私は大いなる意識であり至福である。私はシヴァである！ 私はシヴァである！

### 第4節

न पुण्यं न पापं न सौख्यं न दुःखं  
न मन्त्रो न तीर्थं न वेदा न यज्ञाः ।  
अहं भोजनं नैव भोज्यं न भोक्ता  
चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

*na puṇyam na pāpaṁ na saukhyam na duḥkham  
na manthro na tīrtham na vedā na yajñāḥ /  
aham bhojanam naiva bhojyam na bhoktā  
cid-ānanda-rūpaḥ śivo 'ham śivo 'ham ||*

私は美德でも邪悪でもなく、喜びでも痛みでもなく、  
マントラでも神聖な場所でもなく、ヴェーダでも神へのささげ物でもない。  
私は食物でも食べる人でも食べる行為でもない。  
私は大いなる意識であり至福である。私はシヴァである！ 私はシヴァである！

### 第5節

न मृत्युर्न शङ्का न मे जातिभेदः  
पिता नैव मे नैव माता च जन्म ।  
न बन्धुर्न मित्रं गुरुर्नैव शिष्यः  
चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

*na mrtyur na śaṅkā na me jāti-bhedah  
pitā naiva me naiva mātā ca janma |  
na bandhur na mitraṁ gurur naiva śiṣyah  
cid-ānanda-rūpaḥ śivo 'ham śivo 'ham ||*

死も疑いもカーストの区分も、  
父も母も誕生さえも全く私のものではない。  
私は実際、兄弟でも友でもなく、グルでも弟子でもない。  
私は大いなる意識であり至福である。私はシヴァである！ 私はシヴァである！

### 第6節

अहं निर्विकल्पो निराकाररूपो  
विभुत्वाच्च सर्वत्र सर्वेन्द्रियाणाम् ।  
न चासङ्गतं नैव मुक्तिर्न मेयः  
चिदानन्दरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

*aham nirvikalpo nirākāra-rūpo  
vibhutvāc ca sarvatra sarvendriyāṇām |  
na cāsaṅgataṁ naiva muktir na meyaḥ  
cid-ānanda-rūpaḥ śivo 'ham śivo 'ham ||*

私は考えを持たず、形がない。私はすべてに浸透している。  
私は至る所にいる。私は超然さでも解放でも  
すべての感覚で測られ得るいかなるものでもない。  
私は大いなる意識であり至福である。私はシヴァである！ 私はシヴァである！



© SYDA Foundation®. 著作権所有。

*The Nectar of Chanting*, 4th edition, 2017 reprint (S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1984), pp. 174–76.

この書籍はシッダ・ヨーガ・ブックストアでお求めになれます。