

はじめに

ヨーガ・スートラを読むひとのために

ヨーガとは何か？	12
ヨーガの歴史	17
サーンキヤ哲学の略図	25
ヨーガ・スートラ	30
ヨーガ・スートラの構造	33

ヨーガ・スートラ

三昧章	40
禪那章	82
自在力章	119
独存位章	158

ヨーガ・スートラ入門

一 ヨーガ・スートラの構造	182
(1) ヨーガの起源	182
(2) サーンキヤ哲学との関係	186
(3) ヨーガ・スートラの成立	192
(4) ヨーガ行法の体系	197
二 ヨーガ・スートラの心理学	237
三 スートラにおける業、輪廻の理論	269
四 ヨーガと超能力	276

索引