

第一章

灵魂

1. 向Vira Jina低头膜拜，他生来就拥有无穷的、至高的知识与意念；我将Kevalis和Shruta Kevalis所推崇的命名为Niyama-Sara。
2. 在耆那教的经文中，道路和道路的成果是两大部分。解脱的方式是道路，而解脱则是成果。
3. 事实上值得做的就是Niyama，那意味着信仰，知识和操行。为了避免行为的偏差，Sara这一词特别用以限定。
4. Niyama是解脱的道路；它的成果就是至高的天堂。三者中的任一都一再被阐述。
5. 信仰至善的灵魂，而经文和法则是正确的信仰。完美无缺并拥有所有纯洁的品质的人是至高境界的灵魂。
6. 缺陷：饥，渴，恐惧，愤怒，错觉，焦虑，年老，疾病，死亡，排汗，疲乏，傲慢，放任，惊诧，嗜睡和不安。
7. 像全知者这样的、没有缺点、极其伟大的人被称为Paramatma（最高境界的灵魂）或者完美的人。否则就不是Paramatma。
8. 从他口中说出的、纯粹而无矛盾瑕疵的言语被称为Agama（经文。）在Agama中，法则被清晰阐明。
9. 灵魂，物质，运动的媒介，静止的媒介，空间（物质）都有尺度和时间，它们与其不同的属性和修正被称为法则。
10. 灵魂的特点在于Upayoga。Upayoga是相对Darshana 或者 Jnana的。Jnana Upayog有两种，Swabhava Jnana 和Vibhava Jnana。
- 11-12. 自然知识是理想的、不受感观左右、独立的。非自然知识有两种。
四种正确的认识：
感知的知识，
经文的知识，
视觉的知识，
精神的知识。
错误的知识有三种，自感知的知识起。
13. 两种意念的活动，例如，自然和它相反的类型——非自然。理想的、不受感观左右、独立的称为自然。
14. 非自然的意念有三种：眼睛的，非眼睛的和视觉的。修正的则有两种，无关系的（自然的，Swabhava Paryaya）。
15. 尘世，地狱，近似尘世和天堂都是非自然条件。作为因果报应的结果而脱离痛苦的条件，称为自然。
- 16-17. 人的灵魂有两种；生而劳碌、生而享乐。地狱的灵魂因特定地域而有七种。近似人的灵魂有十四种。天上的灵魂有四种。（经文）Loka-Vibhaga中有它们的详细注解。
18. 从实践的观点出发，世俗的灵魂引发（束缚）实质的因缘和经验（它们的结果）；但是从（不纯的）真实的观点出发，灵魂创造并经历着由因缘引发的思想活动。
19. 从物质的观点出发，所有的灵魂都脱离前述的修正；但是从修正的观点看，灵魂于出生时被赋予（自然和非自然的修正）。

第二章

非灵魂

20. 物质有两种；原子形式和分子形式。分子由六种，原子有两种。
- 21-24. 总—总，总，总—微，微—总，微，微—微是分子的六种。尘世等等，固体如石头由总—总分子构成，液体如酥油、水、油由总分子构成。阴影、阳光等由总—微分子构成。四种感观（触觉、味觉、嗅觉和听觉）是微—总分子。在与灵魂有密切关系的条件中，因缘分子是微分子。那些是微—微分子。
25. 四种根本物质（地，水，火，风）的原因是原因原子。分子的最小可能部分是结果原子。
26. 物质是其本身的开始、中间和结果，原子是不能被官能理解、不能分割的。
27. 原子具有味、香、色和两种触的属性。在耆那教哲学中，所有切实的感观具有非自然的属性。
28. 独立于其他物质的修正是自然修正；在分子中的修正是非自然修正。
29. 从真实的观点出发，原子是“物质实质”；但以其他（例如实践观点）来看，“物质实质”是指分子。

30. 灵魂和物质的运动与静止的辅助原因，被称为运动的条件和静止的条件（分别地）。给予所有物质、灵魂等等以空间的是空间。

31. 实际的时间有两种：或是即时的，或是眨眼间的；或者分为三种（过去，现在和将来）。过去的时间对于数量（被解脱了的灵魂的）是相等的。这些灵魂摧毁了肉体、增加了可数的瞬眼。

32. 实际时间的即时是无限数量的原子，又是无限数量的灵魂。时间点充满了宇宙，而被称为真实的“时间”。

33. 在“时间”的辅助下，所有的物质等都在其自己的修正中改变。四种物质是：运动的条件，静止的条件，空间和时间，都有各自的属性和修正。

34. 除了空间，六种物质的其他五种是“广泛的物质”。在耆那教经文中所提及的，广泛的物质占据了許多空间单位。

35-36. 物质的原子是可计数的，无数的和无限的。在“运动的条件”、“静止的条件”和每一个个体的灵魂中确实地存在无数地空间点。同样无数地空间单位在宇宙中及其他例如（非宇宙）中。时间中没有延展，因此仅有一个空间单位。

37. 物质是实质的；所有的静止是非实质的。灵魂具有意识的性质，所有的静止缺乏意识的属性。

第三章

纯粹思想活动

38. 外部法则、灵魂等，应当被摒弃。一个人自己的、由于因缘的混杂所导致的、完全没有任何属性和修正的灵魂，应当觉悟。

39. 从真实的观点看，在灵魂、无进程，不纯的思想活动Vibhava Swabhava Sthana中，既没有关心和漠视的程度，也没有愉悦感觉的程度，也没有痛苦感觉的程度。

40. 在灵魂中，没有束缚持续的进程；没有因缘自然的进程；没有分子结合的程度，没有成就结合的程度，也没有因缘运作的程度。

41. 在灵魂中，没有破坏性的思想活动的进程，没有破坏性的衰退的思想活动，没有运转着的思想活动程度，也没有衰退的思想活动程度。

42. 在灵魂中，既不在生命的四种状态中游移，没有出生，年老，死亡，疾病和悲伤，也没有身体的实体、核子、灵魂类别和灵魂寻求的进程。

43. 灵魂是无混乱的、无载体的、无畏的、独立而无缺点的；没有附属，没有（头脑的、身体的和语言的）活动，没有错觉，也不是无知。

44. 灵魂是无占有、无附属、无瑕疵，全无过失、欲望、愤怒、骄傲和性欲。

45. 色、味、香、触，女人、男人及两性人的条件等等（六种肉体），体形，（六种）骨骼；这些都是灵魂所没有的。

46. 知道灵魂是无味、色、气，不能（由感观）可辨识，有着无意识、不能被外部迹象所理解、无法描述的属性。

47. 就像解脱了的灵魂是没有老、死、生，并有着八种属性；（从纯粹的真实观点出发，）尘世的灵魂也是如此。

48. 正如解脱了的灵魂，处于宇宙的顶端，无形、不可毁灭、独立于感观、没有污秽而纯洁，（从纯粹的真实观点出发，）尘世的灵魂也是如此。

49. 从实践的观点看，所有尘世的灵魂具有所有上述的条件；但是从纯粹的真实观点出发，它们同解脱了的灵魂一样具有相同的属性。

50. 所有上述的条件或者与外来的物质有关或者与外来的修正有关；因此它们应当被摒弃。内在的法则是自身的物质，例如灵魂。灵魂应当被觉悟。

51. 没有任何不正当的动机、独自形成的确信（在事物中被认定它们是什么）是正确的信仰，（知识）没有怀疑、反常和变异的是正确的知识。

52. 来自于迟疑、不纯、不坚定的确信是正确的信仰。什么法则值得摒弃，什么法则值得觉悟，对于这些的正确理解是正确的知识。

53. 正确信仰的外因是耆那教经文和那些懂得经文的人；而毁灭等正确信仰的蛊惑的因缘是内因。

54. 听，就像正确的信仰和正确的知识是解脱的原因，正确的操行也是如此。因此，我将从真实和实践的观点出发阐释正确的操行。

55. 从实践的观点看，正确的操行是站在实践的立场厉行苦行，而从真实的观点看，正确的操行是站在真实的立场评述苦

行。

第四章

践行正确的操行

56. 不伤害对任何存在于不同体格、肌肉、灵魂类别、灵魂寻求等的尘世灵魂的承诺的思想活动，是第一个誓约（无伤害）非暴力。
57. 圣徒不会由于错觉、附属、厌恶的思想活动而导致谬误。圣徒总是遵守第二个誓约（真理），诚实语。
58. 不会捡拾属于别人的、或是在一个村子、城镇或森林的物品的人遵守了第三个誓约（不偷盗）。
59. 看到美丽的女子不会因欲望的驱使而为之所动；或者他的思想活动不会有性欲冲动，这样的人遵守了第四个誓约（贞洁），纯洁行。
60. 正确操行的传递者，例如圣徒，首先就有漠视世间的附属并与之隔绝的观念，这样的人遵守了第五个誓约无私藏，（不执着）。
61. 圣徒沿着一条没有生命存在、在白天仔细看到一段手臂长度（两码）之前的距离的路，这样的圣徒遵守了行走的慎重。
62. 不诽谤、嘲笑、说他人坏话、自夸和言语苛刻，说那些对他自己和别人都有好处的话的人，遵守了言语的慎重。
63. 平静地获取食物。这些食物不是由他自己准备的，也不是他让别人为他准备的，也不是在他的授意下由别人为他准备的，健康的、非生命的、由其他（虔诚的）所给予的。这样的人遵守了饮食的慎重。
64. 小心地拿起或放下书本、水壶等，这样的圣徒有举起和放下的慎重。
65. 圣徒在秘密地、没有生命的、不妨碍其他人的地方进行排泄等活动，他有排泄的慎重。
66. 从实践的观点看，没有激情、错觉生气、附属、厌恶以及其他不纯的思想活动，这叫做思想控制。
67. 女人、国家、偷窃、食物等会引起罪恶因缘束缚的东西，不对它们蜚短流长，或避免说谬误，这叫做言语控制。
68. 避免身体的活动，例如捆绑、穿刺、敲打、撑臂、伸展等，这叫做身体控制。
69. （从真实的观点出发，）知道禁绝附属等是思想控制，禁绝谬误或沉默等是言语控制。
70. （从真实的观点出发，）没有身体活动，身体没有附属物，克制引起伤害身体或避免引起身体伤害等，这叫做身体控制。
71. 尊贵的统治者是完全没有（四种）破坏性的因缘、具有最高的品质等、被冠以三十四个非凡的荣誉。
72. 打破八种因缘的束缚、具有八种高尚品质、坚守在宇宙的最顶端、最尊贵和不可毁灭的灵魂是至善的灵魂。
73. 具有五种操行，漠视五种感观，决心坚定，为美德而自豪的圣徒被称为圣徒之首。
74. 勇敢、有三种宝石的圣徒，是由胜利者阐明的种类的传教士，被赋予无欲思想活动。这样的圣徒是规则者。
75. 圣徒没有任何一种世间的职业，总是被四种沉思所吸引，无占有的，无错觉。
76. 从实践的观点看，（所有先前提及的）沉思构成了正确的操行；观念中的正确操行将被进一步阐述。

第五章

忏悔

77. 我既不在地狱也不在次尘世，不在尘世，也不在天上。我既不是行为者，不是驱使者，也不是行为者的赞同者。
78. 我既不在灵魂寻求，不在任何精神上的进程，也不属于任何灵魂类别。我既不是行为者，不是驱使者，也不是行为者的赞同者。
79. 我既不是一个孩子，不是一个年轻人，不是老年人，不是它们的原因。我既不是行为者，不是驱使者，也不是行为者的赞同者。
80. 我既不是附属，不是错据，也不是它们的原因。我既不是行为者，不是驱使者，也不是行为者的赞同者。
81. 我既不愤怒，不骄傲，不欺骗，也不贪婪。我既不是行为者，不是驱使者，也不是行为者的赞同者。
82. 通过践行自我心理分析，灵魂变得安宁，得到正确的操行。为了增强操行，我将谈谈忏悔等。
83. 把言语的方式放在一边，摆脱不纯的思想活动，例如附属等，从真实的观点出发，冥想自己的灵魂来得到忏悔。
84. 特别避免任何犯罪，专心自省的人能得到忏悔；因为他本身就是忏悔的具体化。
85. 避免任何对操行的厌恶，专心自我操行的人能得到忏悔，因为他本身就是忏悔的具体化。
86. 避免错误的道路，严格行走在胜利者的正确道路上的人能得到忏悔；因为他本身就是忏悔的具体化。
87. 避免所有痛苦的思想活动，享受无疵的思想活动的修正的圣徒能得到忏悔；因为他本身就是忏悔的具体化。
88. 避免未受控制的思想活动，专心于三种控制（精神、身体和言语）的圣徒能得到忏悔；因为他本身就是忏悔的具体化。

89. 避免痛苦的和恶意的想法，接受正义的和纯洁的想法的人在胜利者的格言中能得到忏悔。
90. 不纯的思想活动，如错误的信仰等，在来世之前由尘世的灵魂所经历。但是纯洁的思想活动，例如正确的信仰等，不会由这样的灵魂经历。
91. 完全摒弃错误的信仰、知识和操行，冥想正确的信仰、知识和操行的人能得到忏悔。
92. 灵魂是至高的别，专注于此的圣徒消灭了因缘；因此只有自我专注是忏悔的最高境界。
93. 专注于自省的圣徒摒弃了所有的缺点。因此，只有自我专注构成了所有犯罪的忏悔。
94. 从实践的观点出发，明白了忏悔的方式，经文中以"Pratikramana Sutra"命名，冥想这种方式的人能得到忏悔。

第六章

摒弃

95. 放弃所有方式的言语，将自己从所有对将来的思想活动、好与坏中分离冥想自己的灵魂，这样的人能做到摒弃。
96. 生来全知、全意、全能、全福，这样的“我”。一个正确的认识者应当像这样觉悟自身。
97. 从不放弃自己的天性，从不假定其他人的天性的任何方面；但是能知道和察觉所有，这样的“我”。一个正确的认识者应当像这样觉悟自身。
98. 灵魂免于因缘、忍耐、成就强度和分子带来的束缚，这样的“我”。一个正确的认识者应当像这样觉悟自身，并且仍然保持专注于该思想活动。
99. 我摒弃附属，并使自己专注于非附属，灵魂是我唯一的支撑；我放弃所有的静止。一个正确的认识者应当像这样觉悟自身。
100. 灵魂是我唯一的知识，灵魂是我唯一的信仰和操行。灵魂唯一在我的摒弃，灵魂唯一在因缘的中断，在纯洁的、意识的专注。一个正确的认识者应当像这样觉悟自身。
101. 世俗的灵魂孤单地谋杀、孤单地出生、孤单地死去、孤单地在因缘解脱后变得理想。
102. 我的灵魂是唯一的、永恒的，拥有知识和意念作为不同。所有其他的思想活动都是外来的，因为它们起于灵魂的与其他物质的连接。
103. 无论我身上的什么错误操行，我停止三种活动（身体、言语和精神）；保持镇定，在三种活动中纯粹的、无定形的。
104. 我平静地面对所有的生命，我对任何生命没有恶感。放弃所有的欲望，我自我专注。
105. 没有激情，控制了感观，勇敢、有进取心、害怕新生的人，践行快乐的摒弃。
106. 因此，坚持不懈地从事区分灵魂和物质因缘的圣徒能坚定地、有规则地追求摒弃。

第七章

坦白

107. 冥想灵魂，没有准因缘的物质（非因缘）、因缘物质，没有非自然的属性和修正，这样的圣徒得以“坦白”。
108. 坦白在经文中有四种，（a）坦白（b）根除（c）无残缺（d）思想纯洁
109. 将思想活动保持镇定，觉悟自己的灵魂，遵守坦白。这是至高的胜利者的讲学。
110. 灵魂独立的、镇定的思想活动能够根除因缘之树，这叫做“根除”。
111. 觉悟灵魂以脱离因缘并作为纯洁属性的住所，在镇定中得到无残缺。
112. 从欲望、骄傲、欺骗、贪婪等思想活动中解脱是思想的洁净。宇宙和非宇宙的感知者都告诫过该受奖赏的灵魂。

第八章

赎罪

113. 遵守五条誓约的思想活动、五种慎重、品格和自控；或者对克制感观的专注，都是赎罪。它应当被坚持不懈地践行。
114. 从真实的观点看，对毁灭（或衰退）等的沉思、不纯的思想活动（愤怒等）、以及对自身灵魂属性的冥想，都是赎罪。
115. 克服四种情感，因此，用宽恕取代愤怒，用谦卑取代骄傲，用坦率取代欺骗，用满足取代贪婪。
116. 不断地专注于对灵魂至高的知识，理解或意识的圣徒得以赎罪。
117. 更需要的是，知道由伟大的圣徒完成的最艰苦的苦行的仪式是单独的赎罪。这是不同因缘大量毁灭的原因。
118. 由灵魂积聚的有功的和无功的因缘分子团体，在它先前生命无限数量中，被苦行的遵守所毁灭；所以践行苦行是赎罪。

- 119. 思想活动处于灵魂真实本性掩蔽之下，灵魂可以摒弃所有其他外来的思想活动。因此，自省是完全的赎罪。
- 120. 避免好或者坏的方式的言语，脱离不纯的思想活动，像附属等，事实上，冥想自己的灵魂以遵守赎罪的准则。
- 121. 摒弃其他物体（如身体等）的耐久力的想法，专心冥想自己的灵魂，这样的人“从身体拿去附属”。这也是赎罪。

第九章

至高的镇定

- 122. 不说话，觉悟自己，没有附加的思想活动，这样的人有至高的镇定。
- 123. 当遵守自我控制、誓约和苦行的时候，通过正义的、纯粹的思考觉悟自己人有至高的镇定。
- 124. 住在森林，禁欲，禁食，学习经文，保持沉默等，对一个缺乏镇定的圣徒有好处。
- 125. 根据全知者的教诲，与所有有害的行为隔离、遵守三种控制（身体、精神和言语）、抑制感观，这样的人能得到坚定的镇定。
- 126. 根据全知者的教诲，对所有的生命一视同仁，这样的人能得到坚定的镇定。
- 127. 根据全知者的教诲，遵守自我控制、誓约和苦行的时候，向自己的灵魂靠拢，这样的人能得到坚定的镇定。
- 128. 根据全知者的教诲，附属和厌恶的人也不会造成干扰，这样的人能得到坚定的镇定。
- 129. 根据全知者的教诲，总是制止痛苦和邪恶的想法，这样的人能得到坚定的镇定。
- 130. 根据全知者的教诲，总是制止有功的和无功的想法，这样的人能得到坚定的镇定。
- 131. 根据全知者的教诲，总是制止嘻笑、放任、悲痛和倦怠，这样的人能得到坚定的镇定。
- 132. 根据全知者的教诲，总是制止厌恶、恐惧、好色等，这样的人能得到坚定的镇定。
- 133. 根据全知者的教诲，总是践行思考正义或纯洁，这样的人能得到坚定的镇定。

第十章

至高的热爱

- 134. 胜利者说，享受热爱正确的信仰、正确的知识和正确的操行的圣徒或外行，能拥有通向解脱的热爱。
- 135. 从实践的观点出发，知道解脱了的灵魂享受对它们的至高的热爱具有的不同属性，这样的人拥有热爱。
- 136. 使自己走在解脱之路的圣徒享受通向解脱的热爱，觉悟自己的灵魂，通过这样，使灵魂充满独立的属性。
- 137. 摒弃了附属等、专注于自身的圣徒有冥想的热爱。其他人也可以有这样的冥想。
- 138. 摆脱了所有外来的思想活动，专注于自身的圣徒，有有冥想的热爱。其他人也可以有这样的冥想。
- 139. 放弃了不正当的动机，沉思胜利者所阐明的法则，圣徒的这些自然的思想活动是冥想。
- 140. 最伟大的胜利者，Rishabha和其他生命因专心于对自我冥想的至高的热爱而达到了解脱的至高福佑；因此践行自我冥想的至高热爱。

第十一章

真正的独立

- 141. 不依靠其他人，践行独立。这种行为本身能毁灭因缘，并被称为解脱的道路。
- 142. 不依靠其他人的人称为独立者。独立者的行为应当被称作独立运动。这是从物质身体中解脱的原因、道路和理想等。这就是avashyaka一词的出处。
- 143. 使自己进行邪恶的思想活动，并依赖其他物体的圣徒，不会拥有独立活动的出色品格。
- 144. 使自己进行善的思想活动，并依赖其他物体的圣徒，他的行为也不会拥有独立的特性。
- 145. 即使冥想物质的属性和修正的人也不是独立的，没有被错觉所蒙蔽的圣徒这样说道。
- 146. 放弃外来思想活动，冥想自己的灵魂充满了纯洁的属性，只是依靠自身。这样的人的行为才能被称为独立行为。
- 147. 如果你想独立，使自己坚定的思想活动集中冥想自己灵魂的天性；只有通过如此，灵魂中的品格才能充分地发展。
- 148. 缺乏独立、没有正确的操行的圣徒应当像前述的那样，以适宜的步调追求独立。
- 149. 有独立行为的圣徒称为“内在的灵魂”，而没有独立行为的圣徒称为“外在灵魂”。
- 150. 使自己仅仅做声或咕哝的人称为外在灵魂；但是不限定自己仅仅做声的人称为内在灵魂。
- 151. 专心于正义的、纯洁的思考，这样的人称为内在灵魂；而缺乏这种思考的人称为外在灵魂。
- 152. 单独地，在他本质职责中遵照真正的、正确的操行，例如真正的忏悔等，这样的圣徒在无冲动的操行遵守中保持坚定。

153. 用纯粹的语言做忏悔，通过背诵来践行摒弃和遵守的誓约，以及仅仅用言语做坦白。这些都应当包括在经文的学习之中。

154. 如果你有能力践行忏悔等，以自省的方式，那么像这样去实践；如果没有能力这么做，那么你应该坚定地信仰。

155. 已经被Jina所解释经文很好地证明并遵守沉默，一个沉默思想者应当明白他自己的目标是服务。

156. 有许多各种各样的世俗的灵魂，因缘的束缚各不相同的，Labdhis（知识的获得等）也是不同的。因此，应当避免和同一教派的人或那些信奉其他信仰的人进行纯粹口头的辩论。

157. 所有伟大的古人，通过这样践行独立并通过“至善的誓约”的精神进阶等，他们成为了全知者。

第十二章

纯粹意识

159. 仅仅从实践的观点出发，全知的统治者感知并了解所有；从真实的立场出发，全知者只是感知和了解他自己的灵魂。

160. 就像光和热同时存在于太阳中，意念和知识也同时存在于全知者的灵魂。

161. 任何人认为知识仅仅阐释其他的事物，意念仅仅阐释灵魂，灵魂阐释它自身和其他的事物。

162. 如果知识仅仅阐释其他的事物，那么就意味着意念（被认为仅仅了解灵魂）与知识不同；因此意念与其他事物无关。

163. 灵魂仅仅阐释其他事物，那么意念就与灵魂分开，因为意念被认为与其他事物无关。

164. 从实践的观点看，就像知识阐释其他事物，意念也一样。从实践立场出发，就像灵魂阐释其他事物，意念也是如此。

165. 从真实的观点出发，就像知识仅仅阐释它自身，意念也一样。从真实的立场出发，就像灵魂仅仅阐释它自身，意念也如此。

166. 从真实的观点出发，全知的统治者仅仅觉悟自身的本性，但不是宇宙和非宇宙。如果有人那样认为，又有何过错。

167. 只有知识能区分物质与非物质，意识与非意识，自身与所有其他物质。知识被认为指引并处于认知……