

## ミラレパ「十万歌謡」第18, 19章和譯

佐藤道郎

### まえがき

チベットのヨーガ行者ミラレパ (Mi la ras pa) の「十万歌謡」の第18, 19章には短い章ではあるが、ミラレパの教化の仕方を垣間見ることが出来る。そこには簡潔であるが、ミラレパの教理と実修についての考え方がはっきりと現れていることを認め得よう。これらの教えはミラレパの「十万歌謡」全体の中の詩偈と照らし合わせて解すべきであるが、在家出家を問わず、仏教の実修は困難ではあるが、端的に開始され得る明快な事柄であって、志と灌頂と指導さえあれば、仏道成就の道に入ることが明らかである事例を示して止まない。これは初期仏教から大乘仏教、密教、更には中国や日本の禅宗にまで及ぶ仏教の根源的な普遍的なものを示して余すところがない。この和訳は従来と同じく青海出版のテキストに依った。

### 第18章 ゲンゾンテンパと逢う章

上師に帰命致します(p. 353, l. 10)。尊者ミラレパ御自身には財宝と生活用具は別に何もなくて、かならず入用な道具であるすべてはただ一本の籐の杖だけにのみに結えつけられていて、それをお持ちになり、セバン・レパが待者をして、チュンルン (谷) の下流の小さな城塞に托鉢<sup>1)</sup>にお出でになった。その地域には一人の老婦人がいるだけで、人は他に誰もいなかった。その老婦人に(ミラレパが)「食物を下さい」とおっしゃったら、老婦人は次のように言った。「私は何も有たない一人の貧乏女です。(家の)外の方の向うの畑で、ゲンゾンの金持のチャンチュップ・バルという人が今日農耕をしています。そこに赴くと食事を献上しに来ますと言われていきます」と。尊者師弟もまたそこに赴きました。その金持が大きさ一斗程の種袋の上に坐っていましたので(p. 354)、大尊者(ミラレパ)が「施主よ、汝はただ一人の金持といわれている。我々この二人のヨーガ行者に今日一日の弁当を下さい」とおっしゃいましたので、彼が言うには、「食物を差上げますのはいいのですが、あなたが真正の一人のヨーガ行者でしたら、喩の事例を引くことを心得ていて、私の田畑を耕すことに適応した歌を一つ仰言ることを求めます」と願いましたので、尊者と待者セバンの二人は彼の請いに答えて歌でお述べになりました。

ああ、高慢な施主よ

ゲンゾンの金持よ、こちらに聞きなさい

さらにまた、春の三ヶ月の終りの月<sup>2)</sup>に

- 1) sñoms zas, 平等の食, 等味の食で, 等三輪空寂の意であって, 施者, 受者, 施物の三つの空無我の行であり, そこには味の好悪にわたらない平等に受けとることが含意されている。
- 2) 春の3ヶ月の終りで, 夏の暑さが始まる時季を言う。種蒔前に地主が袋から梶で種を量り百姓に渡す。

チベット人一人一人が各々の田畑を耕す時  
 ヨーガ行者の私もまた一人の耕作者である

堅固な根本煩惱の畑に  
 準備としての信心のすべての肥料を播き  
 五甘露<sup>3)</sup>によってぬらすことにより(種子を)しめらす  
 心意をもつものとしての田畑を作る人が  
 間違いなく種子を蒔く

不二の(智)の一对の牛が連結して  
 智慧をもつた犁をつけて  
 三昧耶戒の誓言をもつ鼻づらを索いて  
 散乱なき農具を入れて  
 精進にすばやく鞭打つて  
 (土を耕すのは)硬くても出来ます  
 菩提の芽が出て来て  
 果の時節に熟してくる

汝は俗世間の耕作者  
 私は何時も大切な仕事をする人の耕作<sup>4)</sup>を知る人  
 収穫の秋には誰が多いかを見て見ましょう  
 後に福楽を較べてみましょう

それを目で見える喩として引きました  
 農耕を歌にしています  
 心の歓喜(p. 355)を唯一の宝として誇りにしている  
 汝は自分のために本当の福德を積みなさい

とおっしゃいましたので、更にまた彼が言うには、「しからば、ヨーガ行者、あなたが手に持っている藤のその杖の意味は如何ですか、子供の遊戯かあるいは、風狂の道具の如きこれに何らかの意味があるのが本当なら、この意味を教えて下さい」と請問しましたので、更にまた尊者は彼の問に対する答として、歌を述べられました。

おお、詮索好きな施主よ  
 汝、布施の力をもつその者よ、こちらに聞け  
 私の顔を汝は知るや知らずや  
 私はミラレパである

- 
- 3) 五甘露は大便、小便、(経)血、痰(人肉または骨髄)、と精液とが一つの甘露に変成したもので密教で用いる。
- 4) 耕作を例にして教化する例は、Kāṭhaウパニシャッドや初期仏教のスッタニパータにも見られる、田畑、農作者、牛、農具、収穫までの農作業を例とするインドの場合と共通する。目に見える世俗の営みによって、目に見えない宗教の眞実の世界を示していて、内的な意味への転換が図られている。

私は難行の人である  
精進を努めた大禅定者である

この手に持っている籐の杖、これは  
始めに岩山の斜面に生えたもの  
中間には曲った鎌で切り  
終りに柔かい皮紐で巻いている

来たのは南方から来た  
載せたものは、大乘の經典で犏牛<sup>5)</sup>にのせてくる  
走行するのは市場の人々の間を走行する  
献ずるのは信心ある人による献上  
今の鉄をつけた棒  
この意味を汝は知らないか  
この意味を説くから、善く聞け

棒は一番上でなく根元を切りました  
輪廻の根元を切ったしるしです

棒の一番上を切ったそれは  
疑惑、錯誤の根元を断ち切ったしるしです

肘の長さの二倍を切ったそれは  
佛法者<sup>6)</sup>の基準を捨てたしるしです

因より生じた良さと軟らかさ、それは  
本来、根本の心性から良いしるし

棒の漆の柔らかい色の良さ、それは  
勝義の心を修習したしるし

棒が真直ぐでしなやかに動くそれは  
不顛倒な意味の実践のしるし

棒に小さな目盛があるそれは  
菩提の預流果の道に熟達したしるし

棒が四つの部分になっているそれは

5) ゾ、牛とヤク牛との一代雑種。

6) 僧俗どちらでも山中に入って読経、坐禅している人を指す。

7) 慈、悲、喜、捨の実修を指す。

四無量心<sup>7)</sup>をもっているしるし

棒にある三つの節、それは  
根本において三身<sup>8)</sup>が一揃いのしるし

棒の色が変色しないそのことは  
根本において法性が変らないしるし

棒が丸く包まれてあるそれは  
法性が戲論を離れているしるし

棒が本来的に白く輝くそのことは  
法身に垢がないしるし

棒が中空であるそのことは  
諸法一切が空であるしるし

棒に黒子があるそのことは  
ただ法だけをわかるしるし

一寸だけ黒いところのあるそれは  
チベットのヨーガ行者ミラレパに  
微細な分別のあるしるし

棒の様相が本来<sup>9)</sup>清純なそれは  
法のきまりに従って実践するしるし

棒が美しく心に適うそれは  
人々が信心し喜んでいるしるし

棒の足先が鉄で巻いてあるそれは  
ヨーガ行者が山中を遍歴遊行するしるし

握るところが赤銅で巻かれているそれは  
ダーキニーが帰順しているしるし

棒に鉄の釘を打ちつけているそれは  
ヨーガ行者の偉大な精進のしるし

---

8) 法身、応身、化身の三つが完全円満に具有していることを指す。

9) ye nes は yag po (善美, よい) と解するならばこの句はより意味をとりやすいと思はれる。

眞鍮の環をはりつけているそれは  
内なる功德が広大なしるし

そこに皮の紐をつけているそれは  
ヨーガ行者(p. 357)のやさしい心のしるし

鞭の二つの種類の飾りを巻きつけているそれは  
双運<sup>10)</sup>の道に入っていくしるし

鞭の母と子の逢うかざり、それは  
三身と逢うしるし

骨類の鉢盂<sup>11)</sup>をつけているそれは  
ヨーガ行者が地方をめぐるしるし

火打石の袋をつけているそれは  
どんな顯現も友となるしるし

白い法螺貝をつけているそれは  
法輪を転ずるしるし

猛獣の小布片をつけているそれは  
全然怖くないしるしである

その(杖)に鏡をつけているそれは  
証悟の根據が内から現れているしるし

鋭い利刀をつけているそれは  
煩惱の苦を断ち切っているしるし

水晶の結晶一包みをつけているそれは  
習気の垢を断っているしるし

象牙の数珠が掛っているそれは  
ラマ(上師)を心になつかしむしるし

金の鈴をつけているそれは  
名声が十方に宣布されたしるし

10) 同時に碍げなく進んでいくこと、止と観、空と楽、智慧空性と方便大悲等の双運が言われる。

11) blong mor とあるが北京版の slong mor (鉢盂を)に読み変える方が可とされよう。

赤白の羊毛の布をつけているそれは  
弟子が多く形成されるしるし

ヨーガ行者（ミラレバ）の手中の美しい杖それは  
俗人を方便によって調伏するしるし

この杖がどんな意味かを問うそのことは  
勝解の習慣があるしるし

汝が私と出逢ったこのことは  
以前からの誓願をしたしるし

これは白い杖のしるしの歌  
ことばをわかっているのかどうか、天と人のすべてよ  
意味として全部の法を敬信せよ  
汝は長く安楽に勝法をしなさい

と白い籐杖の法に随順した歌を述べられましたので、その施主(p. 358)は勝れた信心を起して、稽首叩頭して、「ラマよ、私は死ぬまで、供養致しますから、坐褥に止まられることを」と希求します」と願い上げたのですが、ラマの師弟二人は七日以上は肯いませんでした。それから（ラマ達が）お出かけになる時に施主が言うには、「今、ラマよ、尊者がどうしてもお出かけになるなら、あなた自身の心に生ぜられました御体験の三つ程の御ことばを賜りますよう」とお願い申し上げましたので、更にまた、尊者父子は彼の請問に対する答として次の歌を述べられました。

おお、信心ある施主よ  
汝、金持よ、道理に暗い者よ、こちらに聞きなさい  
法を口にするのはやさしいが実行は難しい  
汝ら、錯乱の世俗人よ  
暇があると希望だけで年月を過す  
法を作そうと思った時は寿命は尽きている  
今から法を作すならばよろしい

更に石山の清涼な三つの泉は  
胆嚢の病を清除するに充分であるが  
白松鷄という山の鳥を除いて  
賤しい野獣<sup>12)</sup>は飲む力をもたない  
隕石によって作られた鉄の剣、それによって  
戦争に勝利するに十分であるが

12) 肉を食する動物。

國土を守る王の象を除いて  
他の小象達は活用することは出来ない

不死の天の甘露，それによって  
体の精要を取得するに十分であっても  
龍樹阿闍梨を除いては  
法を求める者に完全に享受する力がない

黄金の起屍鬼<sup>13)</sup>の箱，それによって  
貪乏を除くことは確かであるが  
月光王子を除いては  
普通の人民達には受用する力がない

海の底(p. 359)の宝玉には  
欲求したものを生ずることが確実であるが  
Nanda-Takṣaka 龍王を除いては  
地上の人は成功する力をもたない

兜率天（第四天）の宮殿，それは  
莊大な景觀であるのは確かであるが  
無着阿闍梨を除いては  
通常の人は見ることはない

六つの良い薬の功能，それによって  
冷熱の病を除くのに十分であっても  
栴壇の木を除いて  
通常の諸々の木には完全に熟すことはない

業の因果の白い十善業道によって  
善趣<sup>14)</sup>を見ること十分であっても  
信心をもった人だけを除いて  
大罪人には能力はない

カーギュッパのラマの大切な教えによって  
菩提を得るのは確かであっても  
（善）業の余力をもっている人を除き  
福分なき人々に能力はない

13) 起屍鬼 (vetāla) の皮膚を切り取るとそれが黄金に化すことによる。

14) 天上界。

15) 北京版も sangs rgya bar であるか htehang bar (成仏) の方が可。

口耳相伝の大切な教えの宝によって  
 実際に仏<sup>15)</sup>となるのは確かであっても  
 努力をしている人を除いて  
 汝の散乱にある禪定は力をもたない

儀式のときに献ぜられた飲食物、それにより  
 貧乏をなくすことは確かである  
 汝、氣前のいい人<sup>16)</sup>を除いて  
 守銭奴には与える力はない

賤物、賤宝の能施者、彼は  
 自負することは確かであるが  
 汝、ゲンゾンの金持を除いては  
 富める者全部が布施し能はない

私、ヨーガ行者ミラレパと  
 弟子のセトン・レパの二人と  
 汝、チムルンのゲンゾンの金持とで三人で  
 七日の間一諸に居た  
 それは誓願の関係が確立していたからである  
 私(P. 360)は休まずに遊行に行く  
 汝、施主の夫婦と家族達が長寿、無病の誓願を希求せよ

と仰言って、「汝は私に食事を与えた。私は汝に法を説いた。三つの臥具、それは大切である。なおまた、勝解を心の種子として行うことは、常時に信心なした時、後時に（智慧が）一諸に生ずる因である。誓願への関連を確立した場合に多くの教法を解説する必要はない。長時に（師に）親近する必要はない。所縁としての地域の縁と、勝解を心の種子として（一諸に読誦することに）集会するならば、一刻の交りもまた誓願の力によって集会することにもとづいてふさわしいことである。更にまた、信心して集ることは重要である。今時は人は福德を積まないから、（誰でも）内なる功德が多くあるの見ないであろう。外なる過りが少しでもあるのを見ている。勝解をする場合には、私と親疏はない。近しくしてとても友達であっても怒り恨みをもつことになる。汝は法を行ずることは出来ない。熏習を媒介として学ぶべきである。私は汝に誓願を祈念する。あなた自身も私に請問することが出来る。勝解恭敬を起せ。現時の信心と行いが変わらないならば、後時に特別な処と完全な受用が生ずることは疑いない。法を行う場合に、多くの地方を遍曆する必要はない。更にまた多くの悪行が見えた時には、無知な人へと努力することになる。あなたにとっては世間の人間の法、それは地域自体においてよい。福德を常に集積して下さい。心(P. 361)に持っているならば、乞食に利益を速やかに与えるそれだけでも出来る。この法であることをするのは良く、他にはない。私の眞似は汝にはふさわしくない。ライオンが跳ねた地に、狐が跳んだなら、腰が碎ける。私の流儀の如くの法は、大抵の人

16) 人名と目される cang mo は北京版では spyang mo とあるが不明。



にはふさわしくない。それ故にあなた自身、家庭人として、強いこの信心から変らないことをしなさい」と仰言いまして、尊者の師弟二人は等味の托鉢に赴きました。

ある地方の町で、タントラの流儀の一人の教師が居て、その人が言うには、「ヨーガ行者達はどこからいらっしゃいましたか。このいでたちを拝見しましたところ、(あなた方は)清らかな見解と禅定の等味の実践を行なって、良く作用することがありますから仰言って下さい」と言いました。尊者は「あなた自身に見解と修禅の行の実践があるのかないのか。私に存することを説いてもあなたは理解しないであろう。それ故に、私と白業の関係を安立した。これから、今朝の乞食をする」と述べられました。彼が言うには、「食物を差上げることは適います。私は自身もまたタントラの流儀の教師ですから、それらを或る程度解っております。わたし自身の流派の見解と修禅と行法はこの様に修行しました」と言いました。彼自身の流儀の見解と修禅と行法を詳しく説明して、「あなたと同じでしょう」と言いました。尊者は御口づから「輪廻を怕れて、今生を内心捨てて、速やかに仏位を得ようと欲する思いによって結合した相をもったラマの教えに従って散乱なく成就しなかったならば、今生の欲望のために、草書体で書いた私的書冊を予想する語句の類の見解と修禅と行法の諸々は邪路になっている」(P. 362)と次の歌を述べられました。

もし、もし、聞いて下さい、大教師よ  
 今生のための俗心が止まず  
 利他の成就をなさずして  
 輪廻と涅槃が同一と悟らないならば  
 世間の文字の書物を見るけれども  
 等味、無上の行法のそのことは  
 世間の法、八風<sup>17)</sup>の河流に持っていかれないのかどうか

(二) 辺と離れた見解の双運、それは  
 四つ<sup>18)</sup>の深淵に陥らないのかどうか

修禅を作意せず  
 相が変動することによって集中しないのかどうか

大楽の三昧、それは  
 欲楽の貪りによって欺かれてないのか

身と語の加持によらない  
 相をもつものによって縛られていないのか

あらわれとしての(自身の)ラマに修禅する時に  
 心が徘徊することにならないのか

17) 八風あるいは八法という。利と衰、毀と誉、稱と譏、苦と楽等の差別して見る世間の事象に動じないことを仏教は指示している。大智禪師も同様のことを言う。

18) 四句分別のことであらう。

密咒の表示によって教示する場合に  
表現が意味のないことを説かなかったか

自心は本来清浄であるのに  
虚妄と造作によってこわされていないのか

最勝のラマの許可なしに  
実行の大事でないことを行なわなかったか

今生の欲望の諸事業は  
悪魔による中断でないのか

加持を相續していても  
見解と修禅の実践をしないなら  
悪魔の乱れた頭髪の欺く方法によって  
輪廻の地獄から解き放たれないのは確か  
それ故に正しいタントラに依止すべし  
自らの欲望なき修行を爲せ

とおっしゃいました。教師は大変信心を生じて、「非常な眞実、偉大な希有です」と言いました。合掌低頭して、屋内に(ミラレパ)を招請して、完全な大供養をしました。(p. 393) (彼は) 随待することをお願いしましたので、尊者は福分ある者と密意して許可しました。そしてラティの山に赴きました。灌頂と大切な教えによって、成就し解脱を確立したその時に、精神子として、ゲンゾンテンパ・チャンチュップギャルポーといわれる者が生まれました。チムルン谷の籐の杖の章で、ゲンゾンテンパと逢う章を終る。

### 第19章 ダンパ・ギャグプパと逢う章

上師に帰命致します。尊者ミラレパ御自身がラティ山にいらっしゃった時、一夜、夢の裡に、美しい女性の骨と宝の飾りによって飾られた人が現れて、「ヨーガ行者ミラレパは、ラマ(マルパ)の命令の様に、決定して雪山ティセに修禅に行くべきです。その途上で、善根ある一人の人を逢うこととなります。彼を攝受すべし」と言って見えなくなりました。眠りから醒めて、それから心中、それは本尊ダーキニーがラマの命令を守るよう勵まして、授記としたのであるから、必ず行くべきと考えました。ラティからティセに赴く途中で、ニヤナンのギャク・マドで、ダンパ・ギャグプパは尊者の面前に来て出逢った。(彼は) 自分の家に招請して、集会の広大な輪をめぐらして、絨毯の上に並んでいる人々に、ダンパ・ギャグプパは、「今回、この集会の席で、尊者自らの御心に生じたことを一切の行法者に必要な歌にして仰言して下さい」(p. 364)とお願ひしましたお返事として、尊者が心中のこの二十一を歌としてお述べになりました。

一つには密咒の方便の道は大きい  
二つにはラマの大切な教えは大きい

三つには自らの修禪の堪能は大きい  
これは偉大なものの三種である

一つには心性の活動がよくわかる  
二つには心そのものの範囲をよくわかる  
三つには心によって自らをわかる  
これがわかることの三種である

一つにはラマの命令のように成就する  
二つには自心の意味を成就する  
三つには利他を努力なしに成就する  
これが成就の三種である

一つには外的障碍を寂める  
二つには内的煩惱を寂める  
三つには身の病を寂める  
これが寂靜の三種である

一つには語句の編集を心得る  
二つには問への答を心得る  
三つには心の意味自体を心得る  
これが心得る三種である

一つには安楽に無自性を見る  
二つには顯現を忽然と見る  
三つには語句と離れて見る  
これが見ることの三種である

一つには人々が群がって集る  
二つには資財が群がって集る  
三つにはダーキニーが群がって集る  
これが集りの三種である

心の肝要二十一

ヨーガ行者の心中に現れて領受される  
総じて法を行う人達にはこれらは重要であるから  
特別に弟子達はそれらを大切にせよ

大事なことに逢うのは百の中一つ  
それ故に解脱(p. 365)を得るのは難かしい  
今、必要のため集っているこの時は  
難中の難であって、受用して下さい

と仰言いました。ダムパ・ギャグパもまた召使いとして随従して、灌頂と大切な教えとを与えられて、修禅をしましたので、証悟と究竟に到って、師ミラレパの修禅をして、近待の一人の精神子となりました。ダムパ・ギャグパと逢う章を終る。

---

\* 尚この原稿は1993年のアジア思想史講読のノートによるものである。尚これはアルテス・リベラレス第53号(1993)の「ミラレパの接得法(2)」に続くものである。世俗の可視的なことを通じて、見えない、言葉にならない眞諦への導きに転換することにおいて共通していることが認められる。