ミラレパ「十万歌謡」第8，10，11，20，21章和譯註

佐　藤　道　郎

まえがき

ミラレパにおいては一切の教義的前提や歴史的理解に戻る必要のない，それ自体の明快さがある。従ってどの章節をとって来てもすべてミラレパそのものである。相手の器に応じた接得であるから，器に応じた内容となるが，それはすべてミラレパの全力をつくした力量の発露である。作品に応じて重要度が異なるということはない。何故なら何れの典籍に依るということもないから，典據に左右されず，典據は彼自身の境涯である。仏道修行を生涯にわたって遂行して止まなかったミラレパ自身の深化とより豊かな展開を様々な局面において垣間見ることが出来る。それはチベット世界に限定されない佛教の根源を貫くものである。

第8章　鳩として天女が供養する章

(p. 265　l. 2)
上師に帰命致します。尊者ミラレパ御自身がマルモ[1]から授記に従ってチベットに赴かれまして，ク・タムの或る洞窟に犀の如く一人で光り輝く本性に住しておられました時に，黄金の首飾りを揺らして一羽の鳩が現れました。敬礼の形で身を何回も傾け，頭を何回も曲げ，何度も行道をしました。そしてその地域のきれいな或る石山に飛んで行きましたので，尊者は非人（鬼神）の招請と御存知になって，その地に御到着になると，白米の一山があるそこに，その鳩が嘴に差し込んで供える形をし，以前の如くに，敬礼と行道をして布施をして行きましたので，尊者は喜んで，希有なこととして次の歌をお述べになりました。

ああ，恩恵あるマルパ，ホータク[2]の人よ
心から憶持して，心中に修禅します
だんだんと離れないことをお願いします

自心がラマと一体の故に嬉しい
ああ，顕現に依るこの自性は
不生の法身と了解するから
造作せざる法身の本性と合して
見解の高低を計量することはない

1）ネパール領，San Kosi 川の右方，ヒマラヤをこえるとチベットに入る。T.Wylie A Tibetan Religious Geography of Nepal, Roma, 1870 参照

2）地名，マルパの出身地，現南部未卓雍湖之南。

この不造作の心の安楽を喜ぶ

空(性)を明かにする心のその自性が
明らかな空(性)と知ると了解するから
不造作の真実の本性と合する
修禅が良いか悪いかの計量は私にはない
この不造作の心の(p. 266)安楽を喜ぶ

六識はそれ自体において（本質的に）清らかで
能取，所取の二つでないと了解するから
不作為の真実の本性としてそのまゝ
行いの可否の計量は私にはない
この不造作の心の安楽を喜ぶ

果としての法身のこの自性は
さまざまな化身と了解するから
（如何なる）遭遇も正念は解脱の本性と一体
果がこちらに来るように心に願うことは私にはない
この不造作の心の安楽を喜ぶ

とおっしゃいましたことばが終るときに，以前の鳩が七羽の友と共に来まして，尊者に前のように礼拝と行道をしましたので，尊者は心中彼（女）等は非人であるから真直な話を話そうか話さないかと見とどけようと考えて，「あなた達は誰で何故来たのか」とおっしゃいました。天女達は神変を解いて，自身を示して，前の姿を現して，その婦人が言うには，「私達は天女です。あなたに信心をおこして，法をお伺いしに来ましたので，是非ともお願いします」と言うことに対する返事として尊者は次の歌をお述べになりました。

ああ，稀有な化身のラマ，その人が
慈悲は小さくなく加持を（下さることを）

変化は法に順じて行ったもの
八人の美しい天女よ
白い仏法を行おうと思うならば
次の歌の意味を心に把持して下さい

総じて，世間の生類のこの安楽は
快楽でもまた快楽のようでも速やかに(p. 267)離れる

清らかで高貴な婦人の如きこれは
高く，高いようでも信ずることはできない

輪廻の苦悩のこの夫婦は

喜悦し喜悦のようでも苦悩が多い

種姓の系統のよいこの子供に
力量がないならば，苦悩は大きい

良きラマの弟子，その人が
悪行をするならば，輪廻に堕する

鳩に変化した天女が
勝法を問うても，信心は難しい
どうしても勝法を行いたいならば
この世間の功徳に
必ず罪過が現れる事と
今生に生じた諸悪縁を
菩提への友と心得なさい
国王に悪縁は大きな恩恵である
あなたも亦，このように心得なさい

とおっしゃいましたので，その天女達は「そのようにします」と言いつつ，にこにこしながら敬礼と行道をしておりました。尊者が「あなた達が鳩の化身になったのはどうしてか」とおっしゃると，彼女らが言うには，「あなたには今生と自利への貪相は根本からないので，利他としての菩提を成就するために，一切の散乱を断っておられまして，たった一人不断に三昧のみを行っておられます。それが，我々には天眼によって見えました。信心して法をお伺いに来ますのに，悪人に体をかくすために（鳩に）変化しました。今，天の領域に赴かれまして，佛法を説かれることをお願いします」とお伺いしました。それに対し，尊者は御口づから，「天界にも意義はないから，（行く）必要はない。天界と言えどもこの（世界より別）でないから，あなた方(p. 268)自身かように修行しなさい」とおっしゃって，次の歌をお述べになりました。

ホータクの人，マルパに頂礼します。
師父の加持と成就をお願いします。

あなた方，八人の美しい天女よ
白米の成就は三昧の食物
身体の状態が恢復して最勝の心が増大しました
返礼として法で答える場合には
安祥としてお聞き下さい

白い天の都，それは
執持すべきものがあっても実体はありません。

天の童子のやさしさ，親切，それは
外見は快くとも忽ちに離れます

眼に対する変化は幻の虚偽，それは
資財として大きくとも堕する因

六道輪廻の苦しみ，それを
思うならば，心風は狂暴に起る

あなた方がそれ故に仏法を行おうと思うなら
帰依三宝を捧げなさい

六道の衆生を父母と思いなさい
恭敬をラマ尊者に捧げなさい

布施は貧しい人々にやりなさい
善は六道の衆生のために捧げなさい
何時でも死は予告なしと修禅しなさい

自身は本尊の本性であり
言説は甚深の真言をしなさい
自証の知慧は空性と修禅しなさい
何時も自心を真直に立てなさい

とおっしゃいましたので，彼女らが言うには，「私達，無知の衆生は，心と離れずに，その上に重ねて煩悩と離れずにいるこのことを念持して対治する方法の一法をおっしゃって下さい」とお願いをしましたその返事として，以下の歌が述べられました。

(p. 269)
恩恵あるマルパに頂礼致します
この私に良く助けるよう加持して下さい

信心あるあなた達天女よ
何時も修行をするならば
内に止の三昧を修禅しなさい
所作を捨てること一つで飾りは大きい

外にある敵をしっかりと摑えなさい
所作，能作の少いこと一つで飾りは大きい

悪縁のショックが現れた時に
瞋恚が起るのに明晰に注意を拂いなさい

欲しい財宝と逢った時に
執着が起るのに明晰に注意を拂いなさい

悪い語句が武器として現れた時に
耳がたぶらかされるのに明晰に注意を拂いなさい

友人と同時に結伴するときに
嫉妬が生ずるのに明晰に注意を拂いなさい

自らに供養が行われた時に
我慢が生ずることに明晰に注意を拂いなさい

何時，如何なる場合でも
自心の悪い邪悪を調伏しなさい

（行住坐臥の）四威儀の何れをなす時も
ものごとすべてを空性如幻と修禅しなさい

百人の学者が言われても
それより多くはないであろう
あなた達は喜んで修禅の修行をしなさい

とおっしゃいました。それからその天女達は喜んで，満足の嬉しさで，再び鳩に変化して天界に行きました。尊者もまたお米を吃されて，勝れた禅定の本性によってタクキャ・ドルジェゾンに赴かれました。

鳩である天女が供養した章で，これまでの主に人間以外の者の加害者をして誓願させた章を終わる。

第10章　レチュンパとの邂逅

(p. 275 l. 18)上師に帰命致します。尊者ミラレパ御自身は授記にあるようにグンタンの上部に赴いて，グンタンの城に到着した時に，建築の作業をする人達が(p. 276)大勢いたので，彼等に「生きるための食事が必要である」と言ったのに対し，彼等が言うには，「俺達は建築の仕事にかかり切りで，暇がない」と。尊者は「私は，私自身の仕方で建築の仕事を完成して，暇がある。食物をくれなくともよい。あなた達は俗人の建築の仕事，それを止めてしまいなさい」とおっしゃいました。それに対し更に彼等が言うには「あなた御自身の仕方の建築の仕事を捨てなければならないというのはどういう根據からですか」というのに対する返事として，次の歌を述べられました。

私には信心の堅固な大地が第一
精進の高い壁が第二
三昧の広大なコンクリート様の基底[3]が第三

3)　チベットの建築現場を参照して理解する必要がある。基底又は壁の下半分程は一般に小石と土をこねて木枠で四角にしたコンクリート様のブロックを重ね置いた構造である。屋上には50—60cmの高↗

知慧のりっぱな屋上の墻が第四
これらの四つを集めた家，それは
変らない永久的な家である
あなた方は俗人の建物によって欺かれ，また欺かれているのと相似である
魔の牢獄，それを捨て去りなさい

とおっしゃいましたので，更に彼等が言うには，「それは心の非常な利益です。あなた御自身の仕方で，私の外なる畑，内なる財宝，親戚と伴侶である妻，妻に生れた子供達の扱い方は如何にも似ているが，私のこの仕方は今更捨てるよりも大きいから，あなた御自身におけるあり方と私がそれを捨てるべき根據を言って下さい」と言ったので，その返事として，次の歌を述べられました。

私はアラヤ識の[4] 良き田地であるのが第一
教誡の種子を蒔(p. 277)くのが第二
修行の芽が生ずるのが第三
三身の果を成熟するのが第四
これらの四つを複合した農業，それは
常に変りない農業であり
汝は俗人の農業によって欺かれているのと同然である
（衣食の）下僕であること，それを捨て去りなさい

私は空性のよき鑛床であるのが第一
聖者の七覚支[5] である財が第二
十善[6] を載せて安楽に行くのが第三
無漏[7] の安楽が大きいのが第四
この四つを編んだ食と財，それは
常時の食と財とである
汝は俗人のその食と財とによって欺かれているのと同然である
幻の欺き，それを捨て去りなさい

私は世尊(仏)のよき先祖[8] であるのが第一
勝法の守護の堤であるのが第二
僧伽の三身の顔，甥舅が広がるのが第三

↘さの土壁又は石や木の囲いを更に上方に外壁に従って築く。これが屋上の墻 bad 'bur 又は pushu と言い parapet 又は女墻である。寺院の屋上の墻には木や石による装飾が加えられる。

4) Ālayavijñāna，諸法展開の依り処としての根本的な心で第八識とも言うが，ミラレパは他でもこの阿頼耶識の語を用いている。

5) 七覚支は念，択法，精進，喜，軽安，定，捨で七菩提分とも言う菩提を得るための七つの要目

6) 殺生，偸盗，邪婬，妄語，両足，悪口，綺語，貪欲，瞋恚，邪見を離れること。

7) 煩悩のないこと。無漏智，無漏行を行う聖者の位である。

8) 先祖と子孫との関係が逆転した表現で密教や禅宗の表現に出てくる。自己が真実に転じて始めて世尊も真実の世界に立つ。

護法の骨盤がたくましいのが第四
この四つを編んだ同朋，それは
永遠なる同朋である
あなたは俗人の親族によって欺かれているのと同様である
今の情況の飲食の友達を捨て去りなさい

私は如来の良き祖先であるのが第一
（主体の）安楽（対象の空とが一体化する）を明らかにする動きと合体する智が第二
（安楽と空）の双運[9]の澄み切った輝きが第三
（内なる）証悟のすぐれた飾りの衣が第四
この四つを編んだ妻，それが
永遠の伴侶である
汝は俗人の友によって欺かれ，さらに欺かれたのと相似である
今の情況における敵対者，それを捨て放ちなさい

私は知慧の児として生れたのが第一
煖[10]の相の熱さに生長するのが大きいのが第二 (p. 278)
証悟の話をするのが安楽であるのが第三
仏の後生（菩薩）であることを保持しているのが第四
それらの四つを編んだ子　それは
永遠の子である
汝は世俗の子によって欺かれているのと相似である
輪廻の縛る縄，それを放ち捨てなさい

あなた方グンタンの男女の労働者と
私，ヨーガ行者ミラレパの二人
ことばをあちらに問い，こちらに問う習慣によって
聖なるウドドゥヤーナ[11]の場所に逢いに来なさい

とおっしゃったので，彼等は非常に信心をおこして，敬礼を差し上げて，以後も非常に宗教的関心をおこしました。その後尊者がララのプ・ザ・ホックの洞窟にいらっしゃいましたので，ララの男が，昔から死んだ子供のような（良い顔立して）頭が良いものであって，彼の母と叔父が集って護っていたので，その子が青年になって経典を読むのを良くしたから，経典を宣説することに非常に値すると評判になった。多くのお布施を持って来た者があって，ある時彼自身の谷の上部，そこへ驢馬の上に乗って，牛の牧人のところに到着した。そして尊者（ミラレパ）が歌を宣説するのを聞いて，いいと思い，驢馬から降りて，畜類を捨てて，尊者の前に到着した。顔を見てすぐにことばを知らない程の三昧の相続を生じて，暫くまっすぐに立っ

9）ここは安楽と空との二つが車の両輪の如き関係の如きであると解される。普通は方便と智慧の双運がよくいわれる。
10）見道直前の四善根位の第一で煖かみが火の前兆として煩悩を焼くことになぞらえて言う。この位に至れば何時かは必ず涅槃を証すると有部で言う。
11）ウドドゥヤーナはダーキニーのいる国といわれている。

ていた。彼は精神子レチュン（小衣）金剛と称された者である。彼は業からめざめる力によって尊者に対する変らざる信心を得た。経典の読誦によって与えられた諸々の贈物(p. 279)を尊者の許に捧げました。そして法をお伺いして，坐についていました。母と叔父がレチュンパの所在を探しに来ました。尊者のところに（レチュンパ）がいましたが，（母と叔父は）読経謝金が上ってなかったので，施主達が与えなかったのかと思い，経典読誦に対して礼物を与えた施主達に，「あなた方は私の子に食事と御礼金を差し上げなかったのか」とだんだん問うた。それに対し施主達は「差し上げました」と語るのみでした。（レチュンパがそれを）尊者に捧げたのだと判りました。彼等二人は怒って，瞋恚を自分でおこしました。（後に）子もまた尊者に教授をお願いして，修禅をしましたので良き証悟が生じました。脈管の煖位（暖かな状態）によってたった一枚の衣でよくて，名もまたレチュンパ（小衣の者）と命名されました。母と叔父は急いでレチュンパを引き立てて，畑を耕させました。それで土地の神による病がおこって了いました。その病に対して役立つことを望んで（レチュンパ）が坐禅する場所にいる時に，インドの遊学僧アチャラ等の５人が食べ物を求めたので，母と叔父が食べ物ツァンパを差し上げました。施食を食べている間に，彼等５人はびっくりして言いました。（レチュンパは）土地神による癩病とわかりました。「この病気を治す方便を知っていますか」と聞かれたのに，一番偉い人が言うには，「あなたはかわいい人です。私の師匠ヴラチャンドラのところに行きなさい」と言った。五人の中の一番偉い人自身チベットに行くのを止めて，インドに行くと誓約しました。レチュンパもまた尊者にインドに行くお許しを乞いましたので，尊者は許して，旅行の教として次の歌を述べられました。

最上の恩ある尊者（マルパ）に祈請します
弟子レチュンパに加持(p. 280)して下さい

弟子よ，この一生の心を何時までも仏法に捧げよ
ラマの本尊三法に
表面的な話でなく，祈禱しなさい
インドのその（僧院）をめぐりに行きなさい

得るに困難な三昧を食物として食べて
ア・トン[12]を縁じた衣をつけて
風の心である魔術の馬に乗って
インドをめぐって来なさい

垢なき心を拭きなさい
誓詞を白銀のその鏡すべての中に
追悔なき念によって何時も見て
インドのそれをめぐりなさい

名声の追求には賊による加害が来るので

12） 短い母音，種子のア音で，これによりヨーガによって丹田に熱が得られる。従って薄い衣で暖かい。ナーローの六法を参照のこと。

世間の八悪法[13]を平等に見なさい
功徳は所縁をもたず，急いでかくして[14]
よき発心によってめぐりなさい

弟子よ，生命永く，無病のお祈りをしました

とおっしゃいました。尊者は成就の洞の中にいらっしゃったので，レチュンパは外から封泥[15]をして差し上げました。（インド人）アチャラに随行して，インドに赴きました。上師ヴラチャンドラに逢って，念怒金翅鳥金剛手の教誡の諸々を完全にいただいて，修行しましたので，病から解放されて，チベットに帰った時チトン[16]からラマ（ミラレパ）の安否を問うて（ザ・ホックに）赴きました。以前にミラレパと言う一人のヨーガ行者がいたというのを聞いたが以後話を聞かないというので，私のラマが死んだのかと思い心楽しまず，急いでザ・ホックの洞窟に到着してごらんになって，今，中で死んでいると思って，封泥をこわして，成就の洞穴(p. 281)の中に到ったら，尊者は最勝の坐禅の心の本性において真直に坐っていらっしゃったので，歓喜を無量に得て，レチュンパが病を問うたのに対する返事として，尊者は次の歌を述べられました。

大恩あるマルパの足下に帰命頂礼します
私は親族兄弟と関係を断って安楽である
郷国への執着を断って安楽である
郷国への我（執）がないから安楽である
僧伽のものを目茶苦茶にしないから安楽である
臥房を自分のものとして持っていないから安楽である
何に対してもそれを欲しくないから安楽である
聖者の宝[17]によって富んでいるから安楽である
捨て失う怕れがないから安楽である
使いつくす心配がないから安楽である
心の根本からわかっているから安楽である
施主へのおべっかを言う必要がないから安楽である
（出離の）悲哀と寂しさがないから安楽である
だますことをしないから安楽である
何をしても仏法にかなうから安楽である
行きたいことで疲労しないから安楽である
殺したり，傷害される怕れがないから安楽である
盗られたり，強奪される怕れと離れているから安楽である
善行の（助けである）順縁があるから安楽である

13） 利，衰，毀，誉，稱，譏，苦，楽の世間の八風をいう。八風に動じないことを言う。
14） 善い行為をかくすこと，陰徳の意
15） チベットでは坐禅をする場所の洞を小さな穴を残して泥土で封じて外に出られないようにして長期の坐禅を行う。
16） 吉隆，昔のマンユル
17） 信，戒，聞，捨，慚，愧，智慧の七つ。

罪悪の諸々の道を断っているから安楽である
福徳の道に努力するから安楽である
瞋と害心を離れているから安楽である
我慢と嫉を離れているから安楽である
八法[18]の罪悪を（正しく）見るから安楽である
それをまた平等に立てるから安楽である
心によって心を見るから安楽である
それはまた希望的観測がないので安楽である
執持なき光り輝く世界の中で安楽である
無分別智の世界において安楽である
(p. 282)
力を生ずる勝義の本性において安楽である
六識[18]そのままで安立するから安楽である
（前）五職がはっきりしているから安楽である
意（第六識）との往来を断っているから安楽である
私には真実のあり方は多々ある

ヨーガ行者自らの喜びの歌である
他の喜びを私は羨ましがらない

死もまた安楽で苦しみをなさぬ
生きるもまた安楽で苦しみをなさぬ
食と衣は施主が与える
これは三宝のラマの恩である
ヨーガ行者の安楽にもとづいて安楽である
レチュンパは元気か，成就したか

とおっしゃったので，レチュンパも亦「私も亦元気で，成就しました。さらに尚，教授と教誡と慈悲心を」とお伺いしましたので，尊者は再びレチュンパに教授を与え，ザ・ホックの洞窟で坐禅をさせたので，証悟を達成しました。

ザ・ホックの洞窟の弟子レチュンパとの邂逅の章終る。

第11章　ツァプ・レパとの邂逅の章

(p. 282　1. 14)
上師に帰命致します。尊者ミラレパ御自身がザ・ホックの洞窟から，ロンプの〝光り輝く洞窟〟に赴いていらっしゃいました時に，ミラレパの生國ツァプの人4〜5人の若者が尊者に逢いに来て，言うには，「あなたは先づ始めに仇敵を調伏し，今特別な法を行い，奇瑞は偉大でした。我々もまた彼の地に到着した時に，法を実行することを考えて，ミラレパの洞窟から若者達の故郷に帰ったならば，世間の事をすることを考えています。何がよいでしょうか」という請問に答えて，(p. 283)尊者は御口すがら「生，生長，病気，死等の輪廻の苦悩から解脱した真実の自信を

18）註13の世間の八法又は八風のこと。

得るならば，何をしても安楽である。そうでない時，この苦悩から後世の苦悩に長く継続して，自性上苦悩が強大になって，後世のために準備する事は大変大切である」と，このようにおっしゃって，次の歌を述べられました。

我々衆生，俗人は
生，老，病，死の河流に運ばれ
川はこれより後はより大きくなる
大船が準備されているのか

魔と羅刹と閻魔王の
恐れはこれから後大きい
築堤は準備されているのか

貪，愛，瞋，痴の
貪恋はこれより後大きい
対治の準備は出来ているのか

三界輪廻の世界はより大きい
行路はこれより後は遠い
旅の食糧の準備は出来ているのか
準備していないならば，優れた仏法を行いなさい

とおっしゃいましたので，彼等が言うには，「それは非常に心を利益しました。私達もまたラマの許で佛法を行います。悪を自ら作るのは意味がないから，ラマもまた（法によって）施主と（法と資具によって）弟子を養育し，（時に応じ）ものを少しだけは保管することを願います。以前のそれらのお話を私達は知っていませんので，それらの意味をおっしゃって下さい」とお願いしました返事として，次の歌をお述べになりました。

ラマである智者に依止することによって
輪廻を超えるので，護送者といわれている
施を愛惜なく与えて，その（果として）
旅の糧食が準備されている
悟りは闇に月が現れることで，それは
護送者が準備されている(p. 284)のである

（ものを）積んで佛法にあげるそのことは
大船が準備されていることである
（各派の見解に対し）公正無私ならば
修禅は散乱しないのである
誓詞にラマは喜んでいる
（行の）果として，死の直前に追悔しない

親しい人達と施主と弟子の三つは
私，ヨーガ行者に必要は少いであろう
汝，俗人には必要がある

（合掌，礼拝する）手と敬語と詭詐の三つは
私，ヨーガ行者に必要が少いであろう
八法をもっている人に必要はある

ものと生活必需品と（宴会の）喧騒の三つは
私，ヨーガ行者に必要は少いが
少年達には必要である

洗うことと清潔と分別の三つは
私，ヨーガ行者には要らないが
有名な人には必要である

（以上の）十二は不必要な所作である
（ヨーガ行者の）一切の行境はこれでない
ヨーガ行者ミラレパの冗漫な話，これを
ここに集っている人達は心に覚えて下さい

安楽を欲するならば勝法を行いなさい
宴会に悩まされるときは
寂静な所に依りなさい
精進が大きいならば，唯一人で坐る
悟りを欲するならば，忍受を増長しなさい
四魔という敵に勝つのは確かである

とおっしゃいましたので，彼等の中で年少で信心と精進と知慧と慈悲をもっている一人の者がいて，彼が言うには，「ラマ（ミラレパ）よ，私達は今生に必要とする諸々のものに貪着して，後生に必要な諸々のものを準備していないのです。今ラマの待者に追随して，今生を心から放棄して，後生(p. 285)のために準備することについてお伺いしたい」とお願いを切迫して申し上げました。それに対して尊者は，「暇のあるこの人身（を受ける）という大きな宝を得た時，佛法を実行するこのことは，一つの困難そのものである。一時，仏法を行わなくとも，ラマ等の清浄な順縁に逢うことは困難であるから，今，出逢った時に仏法を実行することを求めよ」と次の歌を述べられました。

八無暇を断じた
円満完全な人身（を得ることは）難かしい

今生の安楽快適を心から捨てて
機会を得て（佛法の）神髄を得るのは難かしい

輪廻の法の罪過を見て
涅槃を成就するのは難しい

一時，佛法を成就したとしても
清らかな順縁に逢うのは難しい

教と理と教誡をもち
慈悲をもったラマと（出逢うのは）難かしい

信心が疲労しない
修法が出来る弟子に逢うのは難かしい

病と熱があっても断捨して
教誡を受ける身を（得るのは）難かしい

これら一切を集めたとしても
一心不乱に修禅するのは難かしい

これらは困難な九つの法であって
困難であり，更に困難で，体験を得ても更に求めよ

とおっしゃいましたので，自然に信心を起して，待者に従って，（ラマが彼を）攝受して，灌頂と教誡をいただいて，（それを）成熟して，ツァプ・レパという弟子となりました。
光り輝く洞窟におけるツァプ・レパとの邂逅の章終る。

第20章　コルラ・トクにおけるカルチュン・レパとの邂逅の章

(p. 365　l. 7)
上師に帰命致します。尊者ミラレパの師弟若干が授記の如く雪山ティセに赴く時に，更にロオ（湖）までお着きになった時，女弟子，女ヨーガ行者の一人が病気のふりをして，行くことに従わなかったので，（尊者は）ティセに行く気はなくなって，夏はロオの上の方で説法をなさっておられました。
秋の季節になり，ティセにお着きになった時，在家の男女の弟子達がコルラの頂まで来まして，送別の地で礼拝と行道を多くして，「今生に私達が（ラマと）再び出逢うのは確かでない」と一つの歌にして申し上げて，請問したのに対する返事として，（尊者は）ヨーガ行者の以下の様相の歌をお述べになりました。

清純な私，私ども（の中で）私は私ただ一人です
我こそはミラレパ
清純な私はチベットのヨーガ行者です

私は聞（知）は小さいが，教誡は大きい
頭は良くはないが，精進が大きい
睡眠は少いが，禅定の努力は大きい

一を知って，一切をわきまえている
一切を知って，一（空性）を領悟する
正しい意味(p. 366)をわきまえている

ベットは小さいが屈伸は安楽である
着物が薄いが，体は暖かい
食物は少いが，お腹はいっぱい

修禅は大きく，一切，到るところにあり
信心ある人の集るところであり
生死の怕れの避難所である

私は地域に無差別である
住いは確定したところがない

行法は食物のためではない
ものに対する執着はなく
食物には好悪がない

煩悩の疾病は小さく
自己を良しと欲することは小さい

能所に対する執着は小さく
涅槃にとって（妨げとなる）結び目は解けている

老人や老婦人のお話相手であり
少年達の遊び友達である
ヨーガ行者として世界を遊行する

あなた方，天部と人間はお元気でいて下さい

とおっしゃいましたので，彼等が言うには，「尊者の御事業はそのようでございますが，私共弟子達は如何様になすべきでしょうか」とお伺いしましたので，更にまた尊者は，「一切は無常であるから佛法を行え」と無常の譬えの次の八つを歌にしてお述べになりました。

汝ら，ここに来ている信心ある弟子達よ
決定して佛法を行うのかどうか
譬えば一切世俗の輪廻による例示によって

その意味を自らの心に問え

外の現れは譬えを示しているのかどうか
現れが譬えを示すならば
金色の羽の禿鷹，それが一つ
（青緑色の）トルコ石色の葉と花，それが二つ
(p. 367)
谷の上方の小鹿，それが三つ
川の平野部の六つの良い穀物が四つ
絹の反物，それが五つ
宝石，それが六つ
三日月，それが七つ
大事な息子，それが八つ

ここまでのことばは重ねて話さないが
その歌の先の（意味を）繰返さないなら
そのことばによる意味の表現を理解しないから
そのことばと意味を結合するなら

黄金の羽の禿鷹は天空の中に見えなくなる
それによってまた幻の譬えの一つを示す
それはまた無常のあり方としてある
その意味を考えて佛法をなせ

その緑青色がふさわしい花も霜にもっていかれる
それによって幻の譬を一つ表現している
それはまた無常のあり方としてある
その意味を考えて佛法をなせ

谷の上方の小鹿を矢が殺す
それによってまた幻の譬えを示す
それはまた無常のあり方である
その意味を考えて佛法をなせ

川の下流の六穀を鎌で刈る
それによってまた幻の譬えの一つを示す
それもまた無常の一つのあり方である
その意味を考えて佛法をなせ

完全な絹地を鋏が切る
それによってまた幻の譬えの一つを示す
それはまた無常のあり方である
その意味考えて佛法をなせ

大宝は得て失う
それによってまた幻の譬え一つを示す
それはまた無常のあり方である
その意味を考えて佛法をなせ

三日月は現れて老いる
それによってまた幻の譬え一つを示す
それはまた無常のあり方である
その意味を考えて佛法をなせ

大事な息子が生れて死ぬ
(p. 368)
それによってまた幻の譬え一つを示す
それはまた無常のあり方である
その意味を考えて佛法をなせ

(これらは) 稀有な譬え八つである
汝等送行の人達が実行せんことを
更にせねばならぬ仕事をもつのは無際限
何事でもすぐ止めて，佛法をなせ
暇があると思っても，寿命はなくなる
何時死ぬかわからないから
その意味を考えて，佛法を行え

とおっしゃいましたので，皆，信解を生じて，土墻を倒すが如く（五体投地の）敬礼をし，涙は間断なく流れ，彼等の中から成年の男子三人が「私達がラマの弟子としてついていくことをお許し願います」と言ったので，それに対して，尊者は困難な次の道理十を歌にして述べられました。

更にまた利益する心なき佛法者によって
俗人を調伏するのは難かしい

佛法の相続を生じない教師に
身の安楽が来ることは難かしい

精進なき修禅者に
煖位の悟りが生ずることは難かしい

戒律を捨てた出家者に対して（他の人が）
供養する召使いの役をすることは難かしい

誓詞なき密咒者には

能力の加持（準備的助力）は難かしい

粗狂をなすヨーガ行者に
縁起をわかる能力はまた難かしい
業因果を思わない弟子が
空性をわかるのは難かしい

法と親しくない大徳は（その後還俗して）
妻を得るのも難かしい (p. 369)

汝，父母に可愛がられている子供が信を生じても
自在を得るのは難かしい

汝は今，時間がなくて忙しいことが続き
弟子として後で追悔することになる

もう一度逢う誓願をして下さい
（福徳の業の）有縁分との関係によって（我々は）集ることになりましょう
今も，また逢っていないその中間にも
ヨーガ行者私も口誦を強力にします

施主よ，汝もまた吉祥であり
身体に病や怪我がなくて
寿命を碍げる縁がなく
師父（ミラレパ）と信者が出逢うように祈念します

私，ヨーガ行者は世界のどこへでも安楽に行く
汝等，弟子のすべてもまた別々に帰って行きなさい

とおっしゃいましたので，皆，尊者のお体と衣服にすがって，泣いて誓願を立てました。頂礼し，礼拝と行道して行きました人々のその中で，若い一人がお願いして，切迫して懇願を捧げて，尊者の師弟がティセに赴くときの待者として随行して，灌頂と大切な教えによって成熟し解脱を確立し，そこでカルチェン・レパといわれました。（ミラレパに）親近した精神子の一人となりました。

コルラ・トックにおけるカルチュン・レパと邂逅する章終る。

第21章　レパ・ダルマワンチュックとの邂逅の章

上師に帰命致します。(p. 369 l. 17) 尊者ミラレパの師弟達が秋の終りの月の上弦にプランキタンに御到着なさった時に，澤山の人達が居合せていて，尊者が施主達に，「この私達ヨーガ行者達の今日の糧食を提供すべきである」とおっしゃいましたので，彼等の中にゴ（チベットの青い草）・サン (p. 370)

マ・ギャンザンポ（よい飾り）と名づけられた一人の少女が居って，言うには，「ヨーガ行者よ，あなたは父母と兄弟や奥さんは何といわれていますか」と。（尊者に）「あなた御自身如何様ですか」と言い，詳しく問うたことに対する答として，尊者は以下の歌をお述べになりました。

尊者，ラマ達に敬礼します
加持を下さることをお願い申し上げます
私の唯一の父はクントウ・ザンポ（普賢）です
唯一の母はドゥワ・ザンポ（善行）です
兄はトェパ・ギャルポ（聞の王）です
伯母はナンセ・ドンメ（輝く顕現）です
姉妹はデペェィツァムメ（信の姉妹）です
友人は自性の智です
一子は道理の小児です
書物は現れているそのまゝ，ありのまゝに安立しています
馬としての意識は風に乗って来ます
施主はウ（中央チベット）とツアン（西チベット）各々二つで四つあります
私自身は白い小さい塔です

私より先に音律は唱えられなかった
今はことばをはっきり言いますが

私の唯一の父クントゥ・ザンポその人が
見解と修禅の伝授を受けていて
世間人の顕現として出現しません

唯一の母ドワ・ザンポその人が
大切な教えの乳をふくんでいて
実修の飢えは全然ありません

兄，聴聞の王者その人が
方便と智慧の刀を手にしていて
仏法の内外の増益と損減を断って安立し

伯母の明らかな顕現の灯が
自心を鏡のように拭って示している
習気の銹の臭いは残らない

姉妹，(p. 371)信心の姉妹その人が
吝の紐を解いていることにより
ヨーガ行者に財宝があっても存しない
あっても苦をしぼり出さない

唯一の友，自生の智慧と
無二の友であって
悪い本性の苦しい争いをなすことはない

唯一子，智慧の小子が
勝者の血統を保持していて
鼻水を拭くような男子の養育はない

書物は顯現しているそのまゝ，それにより
表現の理解を教示するときに
俗書を見ることはない

意識は雄馬としての風に乗り，それにより
どこでも欲するところに送行していくから血肉（より成る）馬に乗る必要はない

施主はウとツアンに二つずつ四つあり，その人が
食事の時に逢った場合に
ツアンバの革袋をしぼって見る必要はない
私が供養するのは三宝に供養するのである
依止するのはラマにである

白いとは法において白（法）である
小とは煩悩が小なのである
私はそれ故に，白い小さな塔である

とおっしゃったので，少女が言うには，「このすべては大変稀有で偉大です。それとは別に，輪廻の方面の友と子や親戚があるのですか，ないのですか」という話の返事として，（尊者）は次の歌を述べられました。

私は敵であるこの輪廻を彼方に見たことによると
始めは輪廻は楽しい
中間は見かけ上連れていくのがうまい
終りには悪魔の監獄と自らわかる
私はそれ故にまた輪廻を断っている

友は始めは笑い顔の天女
(p. 372)
中間は兇暴な瞋りをもつ女人
終には魔女でも振向かない
それ故に伴侶（友）を断っている

それから子を向うに見たことによると
子ははじめは微笑む天の童子

中間は隣人と親しまず
最后は味方のふりをする貰った子
それ故にまた親戚縁者を断っている

それから富を向うに見たことによると
始めは富は偉大な宝
中間にはそれなしには方便がなくなり
最後は蜂の蜂蜜に（附着しさわぐ）如くで
それ故に財宝を捨てている

それ(ら)を考えて，仏法を行いなさい
法を思惟し，行って下さい
死を面前にして，後悔しないようにしなさい

とおっしゃいましたので，少女は信心から尊者師弟を内に招請して，完全な大供養を捧げました。法を聴聞して，修禅をして，種々な修行の道を（開始することを）いただきました。それから尊者師弟がティセの雪中にいらっしゃっている時に，多くの信者達と邂逅した中に，ジョオー（名家）の家系の一人の青年があって，彼は尊者を最上に信心して，「ラマのなさった一切は稀有です」と言って，「(どうか）我々に一切の行と道の時の修行の法を夫々与えて下さい」とお願いしました。そのお返しに，尊者は次の歌をお述べになりました。

ここに集える信心ある信者達よ
汝が歩む時，あるがまゝを道に載せよ
六識自体が解脱のあり方である

坐る時には造作なく真直に坐れ
心髄は実際の坐のあり方である

眠る時は，平等性を本性として眠る
光り輝く本性における眠る仕方である

食べる時(p. 373)は，空性の本性において食べる
能取，所取を離れた食事のあり方である

飲む時には，方便と智慧の水を飲む
相続不断の飲むあり方である

行く，立つ，眠る，坐る心を見よ
区切りなき善行である

とおっしゃいましたので，彼等が言うには「我々はこのように修行をすることを知らないので，大きな誤りをもつ，知ったのは清浄な喜びである」と言ったのに対し，尊者は「知らない

というのは，心中思わないのであって，修行し得ないしるしである。修行出来るときにはっきりわかるのであり，知るならば功徳は（以下の）このようにある」と次の歌をおっしゃいました。

しからば有縁の信者のすべてよ
変りゆく身体の瓶に
倶有の仏身がある
光り輝く灯を点灯するならば
内外に法身が明らかなことは確かである

分別の輪廻の住いに
菩提心のガルダ鳥の子がいる
方便と智慧の両翼を結びつけることが出来る時に
一切智の大空に翔んでいくことは確かである

自身は勝者の雪山において
意識の獅子の子としている
六識が執着なき修禅を可能にする時
輪廻と涅槃の調伏は確かである

無明の輪廻の海に
六識の輪廻の商人の子がいる
三身の舟と離れないならば
苦悩の波浪を渡ることは確かである

分別の五毒の家において
解脱を圧迫する賊がいる
方便の綱を摑える事が出来るならば
怕れの領域から脱出する(p. 374)のである

法身は虚空の如くで
思いのまゝの宝がある
散乱なき修禅が可能ならば
果としての三身を得ることは確かである

三界輪廻の域市において
六趣（道）に縛りつける鉄の鎖がある
ラマの方便によって脱することを知るならば
輪廻を自ら解脱していくことは確かである

如意宝珠の如きラマに
大切な教えの最勝の泉がある

誤りなき信心によって飲むことが出来るならば
罪過の渇きをしずめることは確かである

とおっしゃいましたので，信者達は信じて帰りました。特にそのジョオー（名家の人）は仏教を行わない方途はなかったので，このラマ（ミラレパ）の従者として随従する必要があると考える本性にもどりました。尊者師弟にもまた人間と天人の多くが承事しまして，最上の心を増大した本性によりまして，春の僅かに最后の月の頃になりました。ティセに着く一寸前に，以前の信者達がこの地に招請して，種々の大供養をすることを願い上げた会集の座中に，以前から最上の信心をもつジョオー，その人が言うには，「ラマよ，あなたは諸々の仏教者達の中で，見解と修禅と行と果といわれるものをもっているといわれています。ラマ自身の精神的な御体験の子細なあり方の法の一つを与えて下さい」とお願い申し上げました。その御返事として，尊者は次の歌を述べられました。

自ら見解自体を認識するとき
他なる顯現の相はそれ自体（その場）において消散する
自他双方として有るに非ず
見解の派別の取捨を離れている

修禅をそれ自体として尽しているとき
楽苦の相は(p. 375)それ自体（その場）に解脱する
楽苦は二つとして有るに非ず
修禅の扶持において（以前からの普通の人間の習慣的）経験を離れている

行それ自体の相続をつくすとき
敵，味方の相はそれ自体（その場）に消散する
好悪は二つとして有るに非ず
行の扶持においては執着を離れている

果がそれ自体として消散するとき
輪廻と涅槃の相はそれ自体（その場）において消散する
取捨双方共有るに非ず
果のすべてにおいて期待とあやしむことを離れている

とおっしゃいましたので，更にまた彼が言うには，「ラマよ，私は佛法を行うことを心に決めました。しかし父母等親縁者に断らずにすることは出来ません。今，父母にお願い申し上げて仏法を行いますが，ラマの下僕として随行することをお願いします」という伺いに対し，返事として，尊者は御口づから，「仏法を行う場合に，輪廻の罪過を所縁として思惟して，自ら決断しないで，他人の許しがあるまで（出家の志）を起さないと，どこで起すのか」と次の歌をお述べになりました。

信心ある佛法を行ずる人々よ

他人の情誼を顧る綱を断たないならば
他人の心の把握がどこで出来よう

執着なき托鉢をしないならば
大供養が達成されるのはどこに成立とう

足ることを知るを速やかに充満しないならば
財宝を蓄積することはどこで出来よう

語句によらない唯一義を悟ることなしに
世俗の言説はどこに成立しよう

譬えなき唯一義を悟ることなしに
文字の上だけの書冊はどこに成立とう

悪縁としての友を知らないならば
苦悩を断つことはどこで出来よう

苦悩を道として起さないならば
退治の依りどころはどこで出来よう

(p. 376)
分別を法身と知らないならば
念の顕現の阻止はどこで起ろう

所作と思念を背后に転じないならば
肝要なものすべての成就はどこで起ろう

不相応なこと，執着すべからざるを断たないならば
行いと心意の達成がどこで起ろう

今，果断でないならば
残った（後の）時に成就がどこで起きよう

今，強力に放捨しないならば
速やかに放捨するのぞみはどこで出来よう

今，自心の錬磨を習わないならば
附随して生ずるのぞみはどこで生じよう

今，果断でないならば
後に行うことを思うことはどこで起きよう

今，決定しないならば
後にふさわしいのぞみはどこで起きよう

とおっしゃいましたので，彼は信心を起して，佛法を行うことを決心したので，父母もまた許可しました。尊者の待者について行って，灌頂と大事な教えをうけて，成熟し，解脱を安立したその人にジョオー・ゴムレパ・ダルマ・ワンチュックと名がつけられ，近待の弟子の一人となりました。

ブ・ランにおけるレパ・ダルマワンチュックとの邂逅の章終る。

後　記

ミラレパが他の章においても示した，弟子あるいは弟子になる直前のミラレパに質問を呈した人々に対する，その場における当意即妙な指示，しかも誰にも，何人の手許にある事例に，歌の形にのせた簡にして最も要を得た教導をここでも十分に見ることが出来る。

例えば，「レチュンパとの邂逅」の章に「六識そのまゝに安立するから安楽である／（前）五識がはっきりしているから安楽である／意（第六識）との往来を断っているから安楽である」とある。前六識が明瞭であり，しかもその影響が意に及んで，それとの執着という関係をおこさない。これは簡にして要を得た我々の意識への関り方の教示である。恰も「水鳥の行くも帰るも跡たえて，されども道は忘れざりけり」（道元禅師）とも同一の内容である。行住坐臥のその中に道にあることの簡明な教示である。／六識は自他にあって清らかで能取，所取の二つでないと了解する／（第8章）というように本来的に六識そのまゝで清らかで迷いではなく，そこに主観，客観の対立，対象化への動きはないとする。それを明かにするのは我々の心意識という場においてである。すなわち／空（性）を明らかにする心の自性，それは／明らかな空（性）を知ると了解するから／という同じく第8章の詩がこれを示している。端的な実践への指示であって，認識論や空性の理論的分析ではなく，大乗仏教の教理の発展に見られる教学的な精緻さを追求するのでなく，自らの自心の問題を離れないのである。インドの論書において修行者への具体的な教示を見出しにくいが，ミラレパでは生き生きとした師弟の対面の場において一般論でなく，具体的に適切に教示されている。具体的には手放しで自心を肯定するのでなく，瞋恚，執着，語言，嫉妬，我慢等に対する慎重にして明快な注意も忘れてはいない。／分別を法身と知らないならば／念の顯現の阻止はどこに起ろう／（第21章）という教示は分別と空性や法身を別異のものとする立場ではない。

これを大乗仏教の教理と対応させれば，無着の「中辺分別論」の冒頭の句が浮かぶ。

「虚妄なる分別はある。そこに二つのものは存在しない。しかし，そこ（すなわち虚妄なる分別のなか）に空性が存在し，その（空性の）なかにまた，かれ（すなわち虚妄なる分別）が存在する。（Ⅰの1）

それ故に，すべてのものは空でもなく，空でないのでもないといわれる。それは有であるから，また無であるから，さらにまた有であるからである。そしてそれが中道である。」（Ⅰの2）（長尾訳）

この実践を通して，人格の上に，意識の上に実現し，境涯として，生きて働くものとしての具体的な様相がミラレパに見られる。ミラレパにあってはすべては彼自らの言葉，自らの行動であって，聞き知ったことをなぞっているものは何一つとしてない。一つの関所を透過すれば，

すべてを透過する底の力量があると禅者ならば評するであろう。

ミラレパの仏教はこの点から見て，即ち生きて働く境涯として見れば，インド，チベット，中国，日本等の仏教と自ら通じ合う。チベットの仏教にはチベットの文化，風土に順じた形として，珍奇な要素や神秘化，学問的にスコラ的な精緻な命題化として解し得る要素もあるが，根本的にはミラレパにこそ仏教の根源形態をチベットにおける展開として見るべきではなかろうか。時代と場所を超えてミラレパは我々の日常の中に仏教を示して余すところがない。

尚，この稿は今までの講読の授業に基づいているが，調べの困難な授業に積極的に参加した学生諸君にも負うているので謝意を表したい。また講師として来講されたゲシェ・テンバ・ギャンツェン師にも御指導を受けたことに感謝を捧げたい。