

『菩提道灯論』 アティーシャ・ディパンカーラ・シュリジュニャーナ

サンスクリット語で ボーディ・パタ・プラディーパ

チベット語で チャンチュブ・ラム・ギ・ドンマ

若き文殊菩薩に礼拝いたします

1

三世のすべての勝利者たち、その教え、
僧伽に大いなる敬意を持って礼拝いたします
善き弟子チャンチュブ・ウーの請願によって、[私はここに]「菩提道灯論（悟りへの道を照らす灯）」を明らかにしよう

2

下士、中士、上士となる三種類の人たちがあることを理解するべきである
それらの定義を明らかにする個々の分類を書き記そう

3

何らかの手段によって輪廻の幸せのみを求め、
自分だけの目的を求める者たちが、下士であると知るべきである

4

この世の幸せに背を向けて、不徳の行ないをやめるといふ本質を持ち
自分ひとりの寂静の境地のみを求める者が、中士であると知るべきである

5

自分の心の連続体にある苦しみ〔を認識すること〕によって、
他者のすべての苦しみを完全に滅することを望む者が、
最もすぐれた者（上士）である

6

無上の悟りを求める聖なる者たちのために、
ラマたちが教えた正しい方便（手段）を説き示そう

7

完全なる仏陀の絵や像、仏舍利塔、聖なる仏法に向かつて
花や線香など、何でも持っている物を供養しなさい

8

『普賢行（普賢菩薩の行ない）』に述べられている七つの行による供養もして、
悟りの真髓に至るまで決して後ずさりしないという心で
三宝に心から信心し、片膝を地につけて、両手を合わせて合掌し、
最初に皈依の言葉を三回唱えなさい

9

そして、まずすべての有情に対する愛を起こしてから、下三界、生〔・老・病・〕死などの苦しみに喘いでいるすべての生き物たちを見て、苦痛に基づく苦しみや、苦と苦の因から有情が解放されますようにと願うことによつて、決して後ずさりしないという誓いをたてて、菩提心を起こしなさい

10

このように熱望の菩提心を生起したことによる福德は、マイトレーヤ（弥勒）が『華嚴経』（入法界品）の中で正しく説明している

11

その経典を読むか、ラマから聞くかして、完全なる悟りを求める菩提心がもたらす福德は尽きることのないものであることを認識し、それが安定して留まるよう何度も繰り返し菩提心を生起するべきである

12

『勇施所問経』（ヴィラダッタによつて請願された経典）には、その（菩提心の）功德が正しく説かれている

それを三つの偈だけに要約してここに記そう

13

菩提心の功德とは、もしそれが物質的な存在ならば、虚空をすべて満たして、さらにそれを超えているだろう

14

ガンジス川の砂の数ほど多くの仏国土を宝石で満たし、それをこの世の守護者に捧げることよりも、両手を合わせて合掌し、悟りに心を向けることの方が、供養としてはるかにすぐれており、それは尽きることがない

15

熱望の菩提心を起こしたなら、努力してそれをますます高めていきなさい
今世だけでなく、来世においてもそれを覚えているために、説明された通りの実践修行（三学）を守りなさい

16

実践の菩提心の本質である菩薩戒を受けなければ、熱望の菩提心が正しく高められていくことはない
完全なる悟りのために菩薩戒が高められることを望む者は、そのように努力してこれを確実に受けなさい

17

波羅提木叉の7つの戒律〔のいずれか〕を常に守っている者には、菩薩戒〔を授かる器となれる〕という恵みがあるが、他の者にはない

18

波羅提木叉の戒律には七つあると如来が説明されている中で、
栄えある清らかな行ないが最高のものであり、
それは比丘の戒律であると言われている

19

『菩薩地』の戒律の章に説かれている儀式によって
完全なる資格を備えた善きラマから戒律を授かるべきである

20

戒律を授与する儀式をよく知っていて 自身が戒律をよく守っており
戒律を授与する忍耐と慈悲の心を持つ者が善きラマであると知るべきである

21

このように努力しても、そのようなラマが見つからなかったなら
それより他の、戒律を受けるための儀式を正しく説明しよう

22

そこで以前、文殊師利がアバラージャ（虚空王）であった時
どのように菩提心を生起されたかを

『文殊師利仏国土莊嚴經』に説かれているように
ここでも同様に正しく明らかに記そう

23

守護者たちの目の前で、完全なる悟りを得るために菩提心を生起し
全ての有情を客人として招き、彼らを輪廻から解放しよう

24

悪意、怒り、吝嗇（けち）、嫉妬などの心を、
今この時より、悟りに至るまで起こしてはならない

25

清らかな行ないをして、不徳の行ないと欲望を捨てなさい
戒律を守ることを喜び、仏陀に従って修行しなさい

26

私は速やかな方法で悟りを得ることを喜ばず
一人の有情のために、最後まで留まっていよう

27

はかり知れず、想像もつかない様々な国土を浄化しよう
〔菩薩という〕名を維持して、十方位に住していよう

28

私はからだと言葉の行ないをすべて浄化しよう
そして心の行ないも浄化して、好ましくない行ないをしないようにしよう

29

自分のからだと言葉と心の行ないを浄化する因と〔なる〕
実践の菩提心の本質である菩薩戒を守り、
三種類の戒律の実践をよく修行するならば、
三種類の戒律の実践に対する敬意が高まっていくだろう

30

故に、清らかで完全な悟りを得るための菩薩戒を守る努力をすることにより、
完全なる悟りを得るために必要な資糧がすべて得られるだろう

31

功德と智慧という本質を持つ資糧を完全に得るための因は
神通力を得ることだとすべての仏陀たちが述べている

32

翼が広がらない鳥は空を飛ぶことができないように
神通力のない者は、有情を救済することはできない

33

神通力のある者が一昼夜に積む功德は
神通力のない者が百世かかっても積むことはできない

34

いち早く悟りに至るための資糧を、完全に得たいと望む者は
それに努力することで神通力を得るが、怠慢な者は得ることはできない

35

「止」を成就するまでは、神通力を得ることはできない
故に「止」を成就するために、何度も繰り返し努力するべきである

36

「止」に必要な条件が欠けていると、どんなに努力して瞑想し、
幾千年かけたところで禅定を得ることはできないだろう

37

故に、禅定を得るために必要な資糧についての章（『三昧資糧品』）に説かれて
いる条件をよく維持し、一つの徳ある瞑想の対象に、心を留めるべきである

38

修行者が「止」の修行を成就したなら、神通力も得るであろう
般若波羅密（智慧の完成）の修行をしないと、障りをなくすことはできない

39

故に、煩惱障と所知障をすべて滅するために
修行者は般若波羅密の修行を、常に方便とともに修行するべきである

40

方便の支えがない智慧や、智慧の支えがない方便もまた
束縛であると言われているので、〔智慧も方便も〕どちらも捨てるべきではない

41

智慧は何か、方便は何かという疑問をなくすために
方便と智慧の正しい区別を明らかにしよう

42

般若波羅密を捨てた布施波羅密など、徳あるすべての仏法は
方便であると勝利者たちは述べている

43

方便を修習した力によって智慧に瞑想する者は、いち早く悟りを得るが
無我のみを瞑想してもそれはできない

44

〔五〕蘊、〔十八〕界、〔十二〕処などは、〔実体を持って〕生じるのではないと
理解し、その自性が空であることを知ることが、智慧であると言われている

45

存在しているものが生じるというのは正しくない
存在しないものもまた、虚空の華のように〔生じることはない〕
この両方が過失となってしまうので
〔存在しているものと存在しないものは〕どちらも生じることはない

46

事物はそれ自体から生じるのではない
他から生じるのでもないし、自他の両方から生じるのでもない
因なくして生じるのでもない
従って、その自性は、無自性ということである

47

さらに、すべての事象をひとつか多くのものかによって分類すると、
自性を見出すことはできないので、無自性であることが確定する

48

『七十空性論』、『六十頌如理論』、『中論』などからも、
すべての事物の自性は空であることが説明されている

49

テキストが多いのでここには引用しないが
成立する学説のみを瞑想修行のために正しく説明した

50

故に、すべての現象の自性を見出すことができないので
無我に瞑想することこそ、智慧に瞑想することである

51

智慧によって、すべての現象の自性を見ることはできないので、
論理によって分析された智慧そのものに、分別なく瞑想すべきである

52

概念作用（分別）から生じたこの世の生存は、概念作用（分別）を本質とする
故に、概念作用（分別）の断滅が、最もすぐれた涅槃である

53

故に釈尊も、
概念作用（分別）という大いなる無明は、輪廻の海に転落させるものである
無分別の禅定に留まっていると、虚空のような無分別が明らかになる
と述べられている

54

『入無分別陀羅尼』（無分別に従事する真言）という経典にも、
菩薩が聖なる仏法を、無分別に熟考するなら、
超え難いとされている分別を超えて、
段階的に無分別の境地に至る、と言われている

55

経典と論理によって、
すべての現象は〔実体を持って〕生じたのではないという無自性に確信を得て、
無分別に瞑想すべきである

56

このようにして真如に瞑想し、
順次〔加行道の第一である〕熱（暖）という段階に至り、
〔菩薩の第一地〕である歡喜の地などに到達するのであり
仏陀の悟りは遠くない

57

マントラ力によって得た息災と増益などの行ないにより
善き水瓶を成就することなど、八大成就などの力によって
容易に悟りに必要な資糧を完全に積みたいと望み、
所作タントラ、行タントラなどに説かれている秘密真言の修行を望むならば、
その時阿闍梨の灌頂を与えてもらうために
供物や尊敬、宝石などをお布施して、
師の言葉を実践するなどのすべてによって、聖なるラマを喜ばせるべきである

58

ラマを喜ばせたことで、完全な阿闍梨の灌頂を授かり、
すべての不徳を浄化した自分は、悉地を成就した恵まれた者となる

59

『本初仏大タントラ』には、
強く努めて禁止しているので、秘密の灌頂と智慧の灌頂を、
清らかな行ないをする修行者は受けるべきではない

60

もしこの灌頂を受けたなら、清らかな苦行に住する者は、
禁止されたことを修行することになるため、
苦行の戒律は損なわれてしまう

61

禁戒を持つ者は、破戒によって罪を犯してしまうので
それによって悪趣に堕ちてしまい、決して成就を得ることはない

62

すべてのタントラの教えを聞いたり、説明したり、
護摩を炊いたり、供養したりする者は
阿闍梨の灌頂を授かることになり、真如を知る者に過失はない

63

長老ディパンカーラ・シュリー [ジュニャーナ] が、
経典などの法から説明されているのを見て
ジャンチュプウーが請願したことにより、悟りへの道の解説がまとめられた

アティーシャ・ディパンカーラ・シュリージュニャーナによって記された『菩提道灯論』はここに完了する

インドの僧院長ディパンカーラ・シュリージュニャーナと、チベットの翻訳官
であり比丘であるゲウェー・ロドゥーが翻訳し、校正して、完成した 吉祥。

文中の [] は補足、() は説明

Translated by Maria Rinchen, Dharamsala, July 2008