

A JOURNEY TO THE WEST

西への旅路

上巻

30 年前、ラマと共に欧米諸国を訪ねて

ケンポ・ソダジ 編著

目次

まえがき	vii
プロローグ	1
3年間の秘密の準備	3
1回目の「極楽大法会」	5
不思議な電話	8
チベットを離れる	10
税関でのトラブル	12
太平洋の上を飛ぶ	14
ハワイ	16
ツアンパが招いた騒動	18
「国際電話は高いですよ」	19
1回目の法話の始まり	20
文殊菩薩がくれた文殊菩薩	37
ゾクチェンの紹介	40
修行の基礎	56
不思議な力	63
内なる証悟の表れ	64
護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンとの関係	65
文殊菩薩のグルヨーガ	71
パドマサンバヴァのグルヨーガ	74
法王の後を追いかける虹	79
ハワイに残されたブーツ	82
再び、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンについての言及	84
不思議な国	90

法螺貝の中に隠されたご加持	91
ボルダー	94
ボルダーに到着	96
仏教の慈悲観	99
身体検査	108
故郷を懐かしむ	109
密教の心の本性を指し示す要訣	111
コーヒーを飲むようになったこと	125
ミラレパの修行次第	126
命を呼び覚ますような体験	144
シャンバラのお話	146
服を作ったこと	152
金剛界とのお別れ	153
ロッキーマウンテン	157
ロッキーマウンテンのふもと	159
たわいのない雑談	160
欧米人の時間感覚	162
法門を開く3つの理由	164
『ガルダの羽ばたき』第1回目の法話	168
『ガルダの羽ばたき』第2回目の法話	172
『ガルダの羽ばたき』第3回目の法話	174
『ガルダの羽ばたき』第4回目の法話	175
『ガルダの羽ばたき』第5回目の法話	177
光との出会い	179
「とても幸運なことだったと思います」	181
大きな塔の前での法話	184
ラマの髭抜き	188
『プルパ・ゲルククマ』のユニークな特徴	190
仏陀と仏法	193

『文殊静修ゾクチェン』の要義	207
『プルパ・グルククマ』の簡略的な修行法	217
お別れの祝福	219
ナパバレー	221
ナパバレーに到着	224
サンフランシスコ観光	227
縁起除障	228
『チェツン・ニンティク』第1回目の法話	230
2つの深遠な法の修行について	245
巡行中断の危機	248
『チェツン・ニンティク』第2回目の法話	249
人の心を変える力	263
『チェツン・ニンティク』第3回目の法話	264
動物園へ行く	277
『チェツン・ニンティク』第4回目の法話	281
初めて熱気球に乗る	295
密教が秘密にされる理由	296
ご加持による付託と印持	302
文殊菩薩に最も近い法	304
プライベートジェットに乗る	305
プルパの最も深遠な真髄	307
『37の菩薩の実践』の素晴らしさ	311
忘れられないお別れ	317
時を超えた記憶	320
リクジン・リンへ移動	322
タシ・チューリンへ移動	325
テントの中の笑い声	329
宝瓶を埋めた場所	332
金剛薩埵の像に開光を行う	334

生死の要訣	336
不思議な掛け声「パット」	348
イエシエ・ニンポ・オギエン・ドルジェ・デンでの法話	349

まえがき

本書『西への旅路』は、法王イーシン・ノルブ・ジグメ・プンツォク・リンポチェ（chos rje yid bzhin nor bu 'jigs med phun tshogs rin po che）が1993年に欧米諸国を訪問した際に説かれた貴重な教えを主として記した書籍です。情報が閉塞していたチベットから、科学技術が発達したアメリカ、カナダ、フランスを訪れた私たちは、国と人々の文化や価値観、考え方、そして法話の在り方などがまったく異なることに驚きましたが、普通の人にとっては馴染むことさえ一苦労となるであろう、文化や習慣の異なる異国の地においても、迷うことなく軽やかに振る舞われる法王は、その類いまれな智慧と境地によって多くの西洋人の心を魅了し、深い感銘を与えることとなりました。

法王の71年にわたる生涯の中で、この時のご様子を詳しく知る者は多くありません。幸運にもこの巡行に同行することができた私は、全てを間近で見えてきた者として、当時の出来事と法王の教えをより多くの人々に伝えることが使命であると考え、本書の編纂を決意しました。かねてより保存していた当時の記録資料を整理し直したいと思い、欧米巡行以降も様々なつてを頼りながらより多くの資料を集めていましたが、法話や日々の雑務に追われて、今までなかなか手を付けられずにいました。

しかし、今年は法王の欧米訪問から30年、そして法王のご逝去から20年となる特別な年となるため、私は他のことを全て脇に置いて、2022年12月からチベット語と中国語の2つの言語で本書の執筆に取り掛かりはじめ、私の執筆と同時進行で国際翻訳グループの方々に英語や日本語などへ翻訳していただきながら制作を進めていきました。1日に十数時間をかけて執筆に取り組むことも多く、途中で一度体を壊して手術を受けましたが、その後ますます強まった無常観が私を更に駆り立て、退院後すぐに執筆作業を再開し、2023年の4月末に原稿を書き上げることができました。

同年の6月、ケンポ・ツルティム・ロドウ・リンポチェ（mkhan rin po che tshul khri ms blo gros）に原稿を先んじてご覧になっていた際には、「ラマ・イーシン・ノルブがご円寂されてから 20 周年となる今年の記念法会で、可能であれば、贈り物として僧侶の皆さんにこの本をお配りしましょう」とのお言葉をいただきました。また、ケンポ・ツンドウ・タルチン（mkhan po brtson 'grus mthar phyin）やケンポ・ワンチュク・ツェギエル（mkhan po dbang phyug rtse rgyal）をはじめとするラルン五明仏学院の今年の主な管理者の方々も本書を非常に重視して下さり、涅槃法会が開催される期間に、本書を記念品として相承系譜の全ての弟子たちにお配りすることを提案してくださいました。この他に、涅槃法会の準備委員会の責任者の方々も、本書の校正と印刷を担当して下さることをお約束してくださいました。特に、トゥルクのテンジン・ギャムツォ・リンポチェ（bstan 'dzin rgya mtshos rin po che）は、細部にわたり本書の校正をして下さっただけでなく、ご自身がかつて法王の伝記を執筆なされた経験に基づき、一部の内容の改善点について貴重なご意見をくださいました。

そして7月上旬、私は皆さんからのフィードバックを踏まえて熟考と推敲を重ね、原稿を完成させました。

本書の編纂にあたり、私は法王の法話の録音を何度も聞き返し、まずチベット語で書き起こしてから中国語へと翻訳しています。法話の中で言及されている時事の話題については、できる限り正確な資料を調べた上で、事実に基づいて記すよう努めました。また、本書の随所には、訪問先の各地で撮った写真を、本文の場所や日時、内容に合わせて掲載しています。一部の写真は当時の録画データから切り取ったもので画像があまり鮮明ではありませんが、全てが実際にあった当時のひとコマです。

先代の大徳たちは、講述や弁論では多少の誤りが許されるものの、著述に関しては誤りのないよう厳密に行うべきであるとおっしゃいましたが、法王のお言葉は、たとえ話し言葉を書き起こしたものでさえ、調整を必要とする場面はとて少なく、発せられたお言葉がすでにそのままで立派な文章として完成されていて、ただただ敬服するばかりです。また本書では、法王のお言葉の他に

印象深いエピソードも紹介していますが、「たとえラマをたたえるためであっても、嘘をついてはいけない」という原則に基づき、私が記憶している限りの出来事を忠実に記し、記憶が曖昧な出来事はいつそ記さないことに決めて、収録エピソードを選定しています。また、灌頂の儀軌に関する部分は、法王の灌頂にまつわる実録として改めて別の書籍にまとめたいたいと考えているため、今回は収録していません。

本書をお読みいただくとお分かりになると思いますが、法王は3か月以上にわたる巡行期間中にほとんど休暇を取ることなく、法話あるいは法話を行うための移動をし続けていました。105日間の旅の中で40回の灌頂と68回の法話を行い、車や飛行機の移動時間は200時間を超えました。誰もが音を上げてしまうようなハードな旅程を難なく全うしてしまえたのも、大きな慈愛と利他の心を備えられたお方だったからこそだと思います。

当時、法王は西洋人の機根を鑑み、チベットの僧侶たちでも簡単には知ることのできないような貴重な密法も惜しむことなく伝授されました。このような例外的な対応はおそらく最初で最後であったでしょう。もし、本書をお読みになり、本書の中で言及されている密法の修行を行いたいと思う方がいましたら、必ず伝承を受け継いだラマのもとで灌頂 (dbang)、口伝 (lung)、手引き (khrid) を受法した上で修行を始めるようにしましょう。軽はずみに我流で行おうとすれば利どころか害になりかねない修行ですので、十分に注意してください。

昨今のスマートフォンやインターネットを使った速読に慣れた読者の方々にとっては、もしかしたら、短編の語録や不思議な物語などを読んで手早く自分の好奇心を満たしていく方が好みやライフスタイルに合っていて、本書のように分厚い長編の本を読み切るために費やす気力と時間が惜しいと感じる方もいるかもしれません。しかし、解脱を心から求める者にとっては、法王の智慧の海から流れ出た深遠な教えは、何よりも価値のある宝物となると思いますし、特に法王に実際にお会いしたことの無いの方々にとっては、本書の内容は、まるで法王のお姿を実際にその目で見て、法王のお言葉を実際にその耳で聞いているかのように感じられると思います。

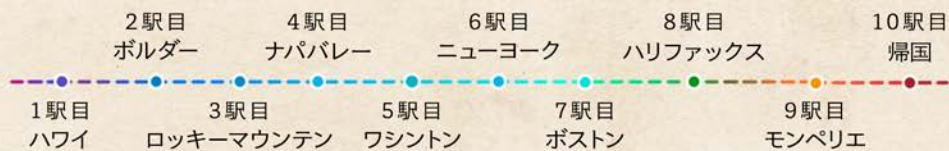
仏教における一代の大徳の当時の弘法利生の実録としては初出となる本書は、仏教に馴染みのない方にとっては別の視点から仏教を知るきっかけとなり、修行者にとっては自分が必要とする修行の要訣を得るための機会となり、法を伝え広めたいと思っている方にとってはここに記されている出来事の中から新たな気づきを得ることができる、そして、同じ相承系譜の弟子たちにとっては法王の足跡をたどりながらその弘法利生の精神を学ぶことができるような、素晴らしい一冊に仕上がったと思っています。

最後に、『西への旅路』の刊行に携わってくださった全ての方々に、心より感謝申し上げます。文字入力、編集、校正、デザイン、印刷などのあらゆる工程で力を尽くしてくださった方々、音源や動画、写真などを提供してくださった方々をはじめ、ご協力くださった皆さんのお力添えがあったからこそ、当時の記録が生き生きとよみがえるような素敵な書籍が完成しました。

制作には真摯に取り組んできましたが、本書の中に何らかの誤りがありましたら、ラマとイダムの御前で誠心誠意懺悔いたします。本書の刊行が善根となり、世界中の生きとし生けるもの全てが、一刻も早く了義のラマの境地に至りますように。

極めて優れたご加持を備えたパドマサンバヴァ (padmasaṃbhava) のテルマ (gter ma、埋蔵経) の聖地、虹の光の洞窟 ('ja' 'od phug pa) にてソダジ (bsod dar rgyas) が書す。

水の兔の年の5月17日 (西暦2023年7月5日)



1993 年法王欧米巡行の旅路

Tracing the Footsteps of My Guru to the West in 1993

東京	滞在 1 日	講演 1 回	
ハワイ	滞在 4 日	講演 4 回	灌頂 3 回
ボルダー	滞在 8 日	講演 5 回	
ロッキーマウンテン	滞在 7 日	講演 10 回	灌頂 2 回
ナババレー	滞在 16 日	講演 11 回	灌頂 9 回
ワシントン D.C.	滞在 9 日	講演 6 回	灌頂 2 回
ニューヨーク	滞在 8 日	講演 6 回	灌頂 3 回
ボストン	滞在 8 日	講演 4 回	灌頂 5 回
ハリファックス	滞在 6 日	講演 6 回	灌頂 2 回
モンペリエ	滞在 8 日	講演 7 回	灌頂 3 回
香港	滞在 4 日	講演 1 回	灌頂 3 回
台湾	滞在 7 日	講演 5 回	灌頂 5 回
成都	滞在 7 日	講演 2 回	灌頂 3 回

移動日を含む総日数 **105** 日 講演回数 **68** 回

移動時間 **200** 時間強 灌頂回数 **40** 回

訪れた街 **14** か所

総移動距離は約 **4万 1,680**
キロメートルと地球一周分相当に及ぶ

無縁の大悲を備えた尊いラマに礼拝いたします。

法王イーシン・ノルブ・ジグメ・プンツォク・リンポチェが1993年に欧米諸国を訪れた際の全ての記録を、本書の中で10章に分けて記しました。ラマ、イダム、護法神よ、どうか私がここに記すことをお許しになり、ご加持をお与えください。

BEGINNING

6月12~17日

プロローグ

スケジュール

SCHEDULE

6月12日 ラルン五明仏学院を出発してダルツェンド（康定）へ移動

6月13日 成都に到着

6月14日 飛行機で広州へ移動

6月15日 深圳で税関を通り香港へ移動

6月16日 ハワイ（アメリカ）へ向かう経由地の東京（日本）で法話

6月17日 飛行機でハワイへ移動

3 年間の秘密の準備

もともと、法王は 1990 年にインドにいた時から西洋で法話を行う計画を練っており、ある時、私に「今から 3、4 年後に、私はアメリカをはじめとする欧米諸国を回って法話を行おうと思っています。もしあなたにもその意向があり、ご家族などからご許可をいただけるのであれば、あなたも一緒に連れていきたいと思っています。ただ、不必要な逆境を招かないために、まだこのことは誰にも言わないでください。私たちが海外へ行って法話を行うことは、決して隠すようなことではありませんが、全てのことを順調に進めるためにも、今は内密にしておくべきです。あなたは口の固い方なので、きっと大丈夫だと思います」と内密に教えていただきました。そして私が「分かりました」と答えると、法王は続けて「では、このことに関する外部とのコンタクトはケンポ・ナムドル (rnam grol) に任せますので、内部のことはあなたが担当してください」とおっしゃいました。

私はこの計画を伺ってとても嬉しく思う一方で、自分がそのような重大な役割を担うことに大きなプレッシャーも感じましたが、ラマ (法王) をおそばでお支えし、ラマにお喜びになっていただけるよう、誠心誠意を尽くそうと何度も心の中で誓いました。

その後、私はパスポートの申請や旅費の工面などの手続きに加え、カメラを調達したり、関連する資料を調べたりと、各方面で内密に準備を進めていきました。当時は今のようにインターネットが発達していなかったので、私は別の方法で西洋の方々の性格や習慣、物事の進め方などについての理解を深めていきました。

その他に、法話に使う教典、儀軌、法器、そして教典や儀軌の録音なども用意する必要がありました。法王は 1990 年頃から目が少し見えにくくなってきていたため、一部のよく使用する灌頂の儀軌は暗記されていたのですが、長め



法王が長年法話を行う際に使用していた黒いレコーダー

プロローグ

の儀軌や教典である場合はあらかじめ録音を用意しておき、灌頂や法話を行う際にその録音を聞きながら、一定の段落ごとに録音を一旦停めて解説を行うという方法をとっていました。録音に関しては、朗読を得意としていたケンポ・チメー・リクジン（'chi med rig 'dzin）に依頼し、『チェツン・ニンティク』（lce btsun snying thig）や『ガルダの羽ばたき』（mkha' lding gshog rlabs）などのテキストの朗読を録音していただきました。ある時、ケンポはこっそり私に「どうしてこれらの録音が必要なのですか？ 法王はどこか遠くへ出かける予定なのですか？」と尋ねてきましたが、私はその質問に正面から答えることを避け、急いで話題を逸らしました。

この3年間、法王のもとにはアメリカ、カナダ、フランスなどの国の主要な宗教団体から英語の招待状が送られてきましたが、当時の仏学院内には英語が分かる人がほとんどいませんでしたし、いたとしても直接それを見せるわけにはいかなかったので、私は少し特殊な方法で招待状の大まかな内容を把握し、それらを法王だけにこっそりお伝えしていました。

こうして私は出発日までの3年間、ほぼ全ての準備を秘密裏に進めていったのです。

1 回目の「極楽大法会」

水の女の鳥の年（1993年）の初め、法王が60歳の時に、法王はラルン五明仏学院で『原初の心の探求—金剛宝鬘—』（*gnyug sems zur dpyad skor gyi gsung sgros thor bu rnams phyogs gcig tu bsdus pa rdo rje rin po che'i phreng ba*）を解説し、ちょうどその頃に新しく完成した漢族の弟子たちのための最初の経堂である「漢僧顕密経堂」で直々に開光儀式を行われ、ゾクチェン（*rdzogs chen*）の灌頂と『心の本性の自発的解脱』（*sems nyid rang grol*）の解説を行われました。



漢僧顕密経堂で開光を行われる法王のご様子

その後、ドマン寺（*mdo mang dgon pa*）からトゥルク・ティシュタ・リンポチェ（*sprul rin po che tiṣṭha*）とケンポ・テパ（*mkhan te pa*）が仏学院に招かれ、僧侶たちへ『集密意経』（*spyi mdo dgongs pa'dus pa*）の灌頂と手引きが伝授されました。一方、法王はタンゴ（妒霍）、カンゼ（甘孜）、ペユル（白玉）、ニャロン（新竜）、タウ（道孚）などに行き、「ニンティク・ヤシ」（*snying thig ya bzhi*）や『カーラチャクラ』（*kālacakra, dus kyi 'khor lo*）などの灌頂を伝授し、参加者に合わせた内容の法話を行いました。

当時の私は31歳で、仏学院の僧侶の方々と共に、半月ほどかけてトゥルク・ティシュタ・リンポチェから灌頂を授かり、ケンポ・テパから『集密意経広釈』（*dgongs 'dus 'grel chen*）の

プロローグ

解説を受けました。時を同じくして、私は漢族の法友の方々に向けて、『幻安息論注釈—優れた乗り物—』(sgyu ma ngal gso'i 'grel pa shing rta bzang po) や『禅定安息論注釈—清らかな乗り物—』(bsam gtan ngal gso'i 'grel pa shing rta nam dag) などの解説を行いました。

1 か月ほど過ぎた後に法王がお戻りになられると、先代の聖者たちが法王へ宛てた授記に「ご縁を結んだ者たちは皆、極楽浄土へ往生するでしょう」などと記されているように、無数の人々を極楽浄土へ導くための優れた法の甘露の雨を降らすため、1 回目の「極楽大法会」を、チベット歴の4月にあたるサカダワ (sa ga zla ba) の1日から15日にわたって開催することを決定されました。



この情報が公開されるとすぐに各地から十数万もの人々が馳せ参じ、洛若 (gnubs zur) の芝生にテントを張って法会の共同修行に参加することとなりました。その光景はまさに壮観の一言で、山中の至るところに白いテントが張られ、人々の流れがまるで大海原のように見渡す限りどこまでも広がってしま



た。法会の参列者の手から放たれた祝布の白いカタ (khabtags) が、まるで海の波しぶきのように飛び交い、読経の声は蒼竜の咆哮をも凌ぐほどの勢いでした。幸運なことに、地元から駆けつけてきた私の両親も、今回の法会に参列することができました。

法会で、法王イーシン・ノルブは参列者に阿弥陀仏の灌頂を伝授し、毎日『無量寿経』と『極楽浄土の修行法—信心を明らかにする太陽のような聖者の教え—』(bde ba can gyi zhing sbyong ba'i dad pa gsal bar byed pa drang srong lung gi nyi ma) を解説し、阿弥陀仏の名号を1人100万回唱えて、捨法罪や無間業を犯さなければ、必ず極楽浄土に往生することができると呼びかけました。また、ラマ・ムンツォ (bla ma mu mtsho) は観音菩薩の灌頂を伝授し、『37の菩薩の実践』(rgyal sras lag len so bdun ma) を解説してく



ださり、この法会を通じて多くの人々が浄土法門と素晴らしいご縁を結ぶことができました。

不思議な電話

極楽法会の1日目の午後、法王が法話を終えた直後に、突然ある人が法王の法座の前へ来て、「ケンポ・ナムドルから法王へ電話が来ています。洛若市内の政府のオフィスにいらして電話に出てください」と言いました。すると法王は、『普賢行願品』(bzang spyod smon lam)を唱え終えるのを待つことなく法座から立ち上がり、私を連れてオフィスに向かわれることにしたのです。

当時、固定電話は洛若市街全体で政府のオフィスにある1台しかなく、法会の会場からは半キロメートルほど離れた場所にあったため、私たちは車で向かいました。オフィスに着くと法王は電話を取り大きな声で、「私はジグプン(原注：法王のお名前の「ジグメ・プンツォク」の略称)です。私はジグプンです」と何回か呼びかけましたが、電話の品質がとても悪くて音量もかなり小さく、法王に代わって私が聞いても、なかなか内容を聞き取ることができませんでした。ラマ(法王)と私とで代わるがわる電話を取りながら長時間格闘した末に、ようやく電話の相手の話を把握することができました。

ケンポ・ナムドルは、すでに彼がインドを出て成都に着いていることと、法王の海外訪問のスケジュールは大方決まり出発日が差し迫っているので、明日までに私たちが身分証とパスポートを持ってビザを申請しに行かなくてはならないことを伝えていました。

しかし、法王は法会の期間中に毎日法話の予定が入っており移動することができなかったため、翌日、私が海外訪問に行く方たち全員の書類を預かって下山し、ビザを申請しに行くことになりました。

成都に着いてケンポ・ナムドルと合流した後、私たちはすぐにアメリカ領事館へ向かいました。領事館はそれほど大きな場所ではなく、敷地内には小さな家が2つと、小さな庭が1つあるだけでした。その日はビザの申請が下りなかった人がたくさんおり、ビザが下りなかったショックのあまり、その場で気絶してしまった女学生もいました。また、その日にビザが下りなかっただけでなく、領事館に却下の判を押されて今後出国すること自体が難しくなってしまうという人もいました。

当時の私はぜひアメリカに行ってみたいと思っていましたし、何より今回は、ラマである法王と一緒に欧米を訪問することを強く望んでいましたので、この光景を見て少し不安を覚えました。なぜなら、ビザの申請は本人が直接行う必要があるのですが、法王を含む3名が来館していないため、領事館に事情を汲んでもらえるかどうか全く分からなかったからです。

私が、法王、アネ・メドウン (a ne me sgron)、ラマ・ムンツォ (bla ma mu mtsho)、そして私のパスポートを提出すると、赤い髪色の長身の男性職員の方に「あなたたちは全員アメリカへ行くのですか？ あなた以外の人たちは来館されていないのですね？ 本人に直接来ていただかないとビザを発行することはできません」と言われました。しかし、私が仕方なく「彼らはここから遠く離れた地で大事な行事を行っている最中なので、来館できるのは何日か後になってしまいます。しかし、すでに私たちの海外でのスケジュールは決まっており、領事館は週に1日か2日しか開いていないため、彼らを待つとなると、どうにも間に合わなくなってしまうかもしれません。何とか融通してはいただけませんか？」と伝えたところ、職員の方は私が赤色の袈裟を着ているのを見てとても嬉しそうにされていて、親指を立てて「very good.」と言い、承認の判を押してくださいました。

ビザが無事に下りたことに私は大喜びしながら、ケンポ・ナムドルが滞在するホテルへと戻りました。すると、彼の宿泊している部屋にはなんと固定電話が付いていたのです。ここまで高級な部屋を見るのは私にとって初めてのことでした。そのまま彼と話していると、彼は「あの日、あなたたちはどうやって私の部屋の電話番号を知ったのですか？」と、突然おかしなことを言い出しました。

私が「あなたが法王にかけてきたのではないですか。私はつきりあなたがいろいろなつてをたどり、洛若の街の政府の電話番号を入手してかけてきてくれたのだと思っていました」と言うと、彼はとても驚いた様子で「そんな、まさか！ 私は洛若の政府のオフィスに電話があることさえ知りませんでしたよ」と言い、「私は成都に着いた翌朝すぐに法王に連絡を取ろうとしたのですが、法王のいらっしやるセルタ（色達）は通信が不便で、電話が置いてある場

プロローグ

所が少なく、なかなか連絡が取れませんでした。私は『連絡がつかないまま 1 日が過ぎてしまう、私はどうすればいいのだろう』と焦っていました。そんな中、午後少しとうとうとしていた時に突然部屋の電話が鳴ったので、ぼんやりとした状態で電話に出たところ、『私はジグプンです』という法王の声が聞こえてきたのです』と続けました。

更に、当時は電話をかけるために高額な通話料金を支払う必要があったのですが、この不思議な電話は、彼も私たちも料金を支払っていないにもかかわらず、不思議とつながったのだということも分かりました。私たちは今でもこの時の話をするたびに、とても信じられない出来事だと感じます。もしかしたら、これも護法神によるご加持だったのでしょうか。

チベットを離れる

ビザを取得した私が仏学院に戻った時はまだ法会の最中でしたが、法王に事情を詳しく説明すると大変嬉しそうにいらっしゃいました。

法会の終盤に近づいた時、法王は皆さんに海外へ行く計画を公表して、次のようにおっしゃいました。「私が今回欧米諸国を訪問するのは観光や旅行のためではなく、仏法を伝え広めるための特別な縁起を気にかけているからです。今回私たちが訪れる場所は、これまで訪れた場所とは全く異なる場所ですので、僧衆の皆さん、どうか私たちのために護法神のご加持をお祈りください」。

また、法王は続けて、「今回の訪問には、外部の者としてはケンポ・ナムドルとングートゥブ・ドルジェ (dngos grub rdo rje) が、内部の者としてはソダジが同行します。訪問する国々はとても遠く、私たちが戻って来られるかどうかはまだ分かりませんが、もしソダジが戻って来られなかったとしても、ドマン寺のトゥルク・ティシュタ・リンポチェとケンポ・テパが私を責めることはないと思っています。ここに常住している僧侶の皆さんは、ケンポ (mkhan po、チベット仏教において高位の学僧に与えられる称号名) とケンモ (mkhan mo、チベット仏教において高位の尼僧に与えられる称号名) たちのもとでしっかりと法話を受講し、聞思修に精進してください」とおっしゃいました。

出発前に私はケンポとケンモを 1 名ずつ選び、漢族の法友の方々のために『入菩薩行論』(byang chub sems dpa'i spyod pa la 'jug pa) の解説を行っていただくようお願いをしました。私の両親はしばらくタンゴ(炉霍)に戻りたくないようでしたので、私は彼らのためにヤクの毛で編んだ黒テントを 1 つ借りて仏学院内に滞在できるようにしました。

出国自体は以前インドへ行ったこともあり少しは慣れていたものの、今回は私 1 人で法王の衣食住と健康面に気を配るだけでなく、法話に関する準備や手配も行う必要があったため、私の感じるプレッシャーの大きさは尋常ではありませんでした。そのため私は、訪問の道中は毎日どこへ行くにも、常備薬、カメラ、録音レコーダー、ノートブックなどを入れた重たい黄色のリュックを背負って持ち歩いていました。

法会が終わった翌日の 6 月 12 日に私たちは仏学院を出立し、午後にはダルツェンド(康定)に到着しました。そこでお会いした法王の旧友である警察署の上官の方に「今は国内外の情勢が緊迫していて複雑な状況にあり、不確定要素が多いので、急がなければ出国できなくなってしまうかもしれません。すぐにここを離れて他省か香港から出国してください。省内の他の部署には挨拶をしなくて大丈夫です」と教えていただきました。

13 日に私たちはダルツェンド(康定)から成都に移動し、14 日の朝 5 時の飛行機で広州へと向かいました。広州に着くと、赤い服を着た女性の居士が「すでに宿を手配してあります」と言いながら私たちを出迎えてくれたのですが、私たちは誰も彼女のことを知らなかったため、少し不審に思っていました。しかし、法王が「見たところ彼女は敬虔な仏教徒のようですから、彼女のお言葉に甘えましょう」とおっしゃったので、私たちはそのまま広州で一晩過ごすことにしました。

税関でのトラブル

6月15日、私たちは香港に向かうために深圳で税関を通ることになったのですが、その際にパスポートのチェックで予期せぬトラブルが発生し、外国人の職員の方から「このパスポートには問題があります。あなたたちのパスポートには、1990年にインドへ出国する際の判は押されていますが、帰国する際の判が押されていません。これは違法です」と告げられました。実はその年、私たちはネパールから帰る際に、仏像などを運搬しやすくするための臨時のパスポートを別で作っていたのです。このような方法は現地では一般的なことでしたので、その場で長時間職員の方に説明をしたのですが、彼は「上層部に報告する必要がある」と言うばかりで聞き入れてくださいませんでした。

連れて行かれた別室に閉じ込められてしまった私たちは、逆境がなくなるよう法王にご加持を乞いました。法王は禅定の境地に入られたご様子で、一心にグル・リンポチェ (gu ru rin po che、パドマサンバヴァ) に祈願を行い、ケサル王 (ge sar rgyal po) と護法神ツイウ・マルポ (tsi'u dmar po) に助けを求めて静かに何かを唱え始めました。すると、数分後に税関の職員の方がやってきて、私たちの状況はとても複雑ではあったものの、通行を許可していただけることになったのです。

このような厄介な出来事が奇跡的に転機を迎えたことに、私はしみじみと、ラマと護法神のご加持が不可思議なものであることを実感したのでした。

こうして深圳を離れた私たちは、車に乗って香港へ行き、ペルユルセンター (Palyul Center) で一晩を過ごしました。翌朝、私たちは法王のご用命を受けて、昨日法王が税関で唱えられた祈願文の書き起こしを行いました。以下はその内容です。

深圳と香港の境でパスポートを審査された際、心に不安を覚えた私は、オギェン・ベマ・トゥーテンツェル (o rgyan pad ma thod phreng rtsal、パドマサンバヴァ)、センチェン・ノルブ・ダドゥル (seng chen nor bu dgra 'dul、

ケサル王)、夜叉ツイウ・マルポ (gnod sbyin tsi'u dmar po) に修行の境地の
中でお会いし、このように祈りを捧げました。

果てしない刹土におわす仏と菩薩たちの
三密の功德を一身に集めた
ペマ・トゥーテンツェルに祈りを捧げます。
願いが自ら成就するようご加持ください。

智慧、慈悲、力の功德を極め、
有雪国の衆生を我が子のように慈しむ、
成就をもたらす白き閻神よ、どうかただちに思いを垂れ、
順縁が意のままに成就するようご加持ください。

呼びかければそのご慈悲は空の稲妻より速く、
頼みをかければそのお力は青天の霹靂よりも力強い、
敵を伏する神 (dgra bla) の王たる夜叉ツイウ・マルポよ、
どうか逆縁と障害をただちにお鎮めください。

このように祈りを捧げた時、
恐怖という錯誤した現れは法界へ消え失せ、
自我と本尊への執着は全て、
無縁の法身界へ消え去りますように。

ンガワン・ロドゥ・ツンメ (ngag dbang blo gros mtshungs med、法王のお
名前) が翌朝に香港のトゥブワン・ペマ・ノルブ (grub dbang pad ma nor bu、
ペノル法王) の施設で文字に書き留めました。

香港にいる時に、ケンポ・ナムドルが私に黄色いシャツとトウंगा (stod
'gag、袖なしの僧衣) をくださいました。それらは彼がインドから持ち帰った
もので、インドの布はととても高品質なのだとおっしゃっていました。これらの
2 着の服は、欧米訪問中に何度も着用しており、幾度となく法王からの灌頂や

プロローグ

法話を共に受けてきた服であるため、私にとって大変愛着のある服となりました。30年経った今日でもまだ質が良く、あまり色褪せてもいないので、外出する際はいつも持って行くようにしています。これはある種の執着かもしれませんが、ある種の信心と言えるのかもしれませんが。

太平洋の上を飛ぶ

法王が欧米を訪問された当時は、現在のように各国間の関係が開放的な状態ではなかったため、もしかしたら、私たちはチベットから直接アメリカに行った最初のチベット人であったかもしれません。

アメリカは夏だと聞いていたので、私は法王のために薄手の服を数着用意し、質の良いスーツケースを1つ購入しました。前回海外を訪れた時に比べて食物はあまり持って行きませんでした。

6月16日に私たちは香港から飛行機に4時間乗って、日本の首都・東京の国際空港に移動しました。日本の空港はまるで水晶でできたお城のようにきれいで明るく、広々としてつややかに輝く塵一つない床は、歩いている人々の顔がはっきりと映って見えるほどでした。初めて見る先進国の様子に、私は全くの別世界に来たかのように感じていました。

日本に滞在した時間はあまり長くありませんでしたが、それでも法王は合間を縫って、真言宗とチベット密教の教えにご縁がある方々に慈悲と智慧に関する教えを伝授したり、仏教と科学の関係についての討論を交わしたりしました。法王は「科学と仏教はどちらも人々にとって必要不可欠なものであり、科学は人々の物質面での需要を満たしてくれて、仏教は人々に精神的な幸せをもたらしてくれます。しかし、仏教の教えがないまま、ひたすらに物質的な豊かさばかりを求めると、むしろ逆効果になってしまいます。だからこそアジアなどの多くの国々では、富豪から庶民まであらゆる層の多くの人々が、この甘露のような仏法をととても必要としているのです」とお話しになり、会場に集まった人々は深い感銘を受け、法王に敬意を表していました。

その後、私たちは飛行機でハワイへと向かいました。法王と私たちが乗ったのはアメリカの飛行機のエコノミークラスで、飲食の無料提供はなく、また客室乗務員の皆さんは年長者が多いように見えました。機内で法王が薬を飲むのにお湯が必要になり、ここで私が以前独学で少し勉強していた英語が役立ちました。「Hot Water」は、私が初めて話した英単語であったと思います。

飛行機は果てしない太平洋の上空を長時間飛び続け、空と海とが1つに溶け合った青色の景色の美しさに思わず心を奪われもしましたが、ずっと海の上を飛んでいると、時折寂しさやもの悲しさを感じる時もありました。法王は静かに窓から外を眺めていて、手には赤い数珠を持ち、慈悲深い面持ちで何か物思いに耽っているようでした。

出発から7時間後に、私たちはハワイのホノルル国際空港に着きました。



日本の弟子たちに法話を行う法王のご様子



HAWAII, USA

1 駅目

6月18～21日

アメリカ

ハワイ

スケジュール

SCHEDULE

- 6月18日 午前にウッドバレー寺で菩薩戒を伝授
夜にゾクチェンの紹介
- 6月19日 午前『文殊静修ゾクチェン』の灌頂を伝授
午後『文殊静修ゾクチェン手引き—仏を手中に授ける—』の
解説
- 6月20日 午前『縁起除障法』の灌頂を伝授
午後『文殊静修ゾクチェン手引き—仏を手中に授ける—』の
解説を行った後、太平洋に面する火山地帯やハワイ火山国立公園を観光
- 6月21日 午前『プルパ・グルククマ』の灌頂を伝授
後にプナルウ・ブラック・サンド・ビーチ・パークを観光

ハワイ

ツアンパが招いた騒動

ハワイは魅力的な島で、多くの著名人が休暇を過ごしに訪れています。出国前に私が聞いていた話では、ハワイにはたくさんの梅檀樹が生い茂り、海には美しい珊瑚礁が広がっていて、銀色の砂浜、エメラルド色の海、軽やかに舞う孔雀、暖かな潮風など、ゆったりとした和やかな雰囲気が漂う島だということでしたが、飛行機の中で広げた地図で見るハワイ島は、大きな海の中に取り残されてぽつんと浮いている小さな虫のようにも見え、私は孤独と不安を覚えたのでした。

さて、ハワイに着いて税関を通る時もまた、泣くに泣けず、笑うに笑えない、なんとも言えないようなトラブルが発生してしまいました。私たちがチベットから持ってきたツアンパ（乾煎りしたハダカムギの粉）を警察犬に嗅ぎつけられてしまったのです。袋いっぱい白い粉が



入っているのを見て、税関の職員たちはきっと薬物だと思ったのでしょう。彼らは私たちを密輸組織と見なした様子で、すぐに警察が駆けつけてきました。

私たちがこれは食べ物だと説明しても信じてもらえないので、仕方なく彼らの目の前でツアンパを何口か食べて見せたところ、それで彼らも食べ物だと信じてくれたようで、ようやく通過することができました。通過する際に私たちは、アメリカでは人々の健康と安全を考慮し一部の食品の持ち込みが禁じられているので、次からはこういったものは持って来ない方がいいと注意を受けました。

この税関トラブルで時間を取られたことで、私たちは予定していたホノルルからヒロの町へ行く飛行機の便を乗り過ごしてしまったため、次の便を待つことになりました。ただでさえ飛行機に長時間乗ってきたところにまた長時間待

機することになった上、ハワイとチベットでは 18 時間の時差があり昼夜が逆転していたことも相まって、法王は少しお疲れになっているようでした。

私たちは次の便の飛行機に乗り約 1 時間の飛行を経て、夕方頃にウッドバレー寺 (Nechung Dorje Drayang Ling) に到着しました。

「国際電話は高いのですよ」

寺院に着いて腰を下ろすや否や、法王は私に「仏学院に電話をかけて、私たちが無事にアメリカに着いたことをお伝えいただけますか？ それから、ダルトゥェンド (康定) の警察署の旧友にも電話でお伝えください」とおっしゃいました。

当時はインターネットも WeChat (チャットアプリ) もなく、連絡手段は電話しかありませんでした。しかし、その日はすでに夜が更けていて、外に電話ボックスを探しに出かけるのは困難だったため、やむを得ず、住職のラマであるロサン・ドゥンデン (blo bzang don ldan) に何か方法はないか相談したところ、彼はご自身の携帯電話を貸してくれました。仏学院に何度も電話をかけてみたものの一向につながらず、法王の旧友には電話がつながったので、私は彼にお願いして、仏学院にも無事に到着した旨を伝えていただくことにしました。

その日彼は少しお酒を飲んで酔っている様子でしたが、とてもはっきりとした口調で「あなたたちが出発した後の 6 月 16 日に、上層部からあなたたちの出国を禁じる通知が出されました。すでに到着しているのなら良かったです」と教えてくれました。その言葉を聞いたところで、私が返事をする間もなくケンポ・ナムドルから「切りましょう、もう切りましょう。国際電話は高いのですよ」とそれ以上の会話を止められてしまいました。

翌日、法王は自らその旧友の方に電話をかけ直し、少し長めにお話をさしていましたが、ケンポ・ナムドルはしきりに法王を見ていたものの、通話料金について直接注意する勇氣はない様子でしたので、私はその光景が面白くて心の中でこっそり笑ってしまいました。

ハワイ

アメリカでの英語通訳を担当してくださったのはサンギェ・カンド (sangs rgyas mkha' 'gro) というアメリカ人の女性で、それまでも数多くのチベット仏教の大徳たちの法話を通訳されてきた方なのですが、同じ日に彼女もカリフォルニアから飛行機でハワイに到着して法王とお会いになりました。無事に通訳の方も合流し、いよいよ法王のアメリカでの弘法活動が本格的に始まろうとしていました。

1 回目の法話の始まり

6月18日の午前、法王はウッドバレー寺で人々に菩薩戒を伝授されました。法王の欧米訪問での最初の法話でもあったことから、主催者であるウッドバレー寺の方は、法王に吉祥の言葉を読み唱え、次のような開会の言葉を述べられました。

今日というおめでたい日に、私たちがこのように楽しく一堂に会していることは、とても特別なご縁だと思います。法王はここに4日間しか滞在されません。この短く貴重な時間の中で、私たちは全身全霊を傾けて仏法を学び、それらの法の教えをきちんと実践することができるようお願い、なかなか巡り会うことのできないこの貴重な機会を有意義なものにしていきましょう。

チベットでは法王より直々に法を授かろうと、インドやその他のチベットの地域から遠路はるばる多くの巡礼者が法王のもとを訪れ、たくさんの苦行を積んでいます。法王が普段おられる場所は極寒の貧しい地域であり、住むことはおろか、行き着くことさえ困難を極めますが、それでも求道者の方々は、法王のもとで直に法を聴聞するために、様々な苦難に耐え忍んでいるのです。

今ここに集まっている私たちが、このように容易に法王にお会いし、ご尊顔を拝見して法王の甘露のような説法を拝聴できるのは、きっとかつての願いと祈りによる結果です。

ここに集まっている皆さんも、多忙な生活を送っており、毎日しなくてはならないことがたくさんあると思いますが、法王が滞在される数日間はその

全てを脇に置いて、法の学びをより良いものにしていけるよう努めていきましょう。今回の時間は決して長くはないため、私たちは日常の世俗的な欲求を一旦全て手放して真摯な態度で仏法を授かるべきですし、とりわけ法王という大徳の御前であれば、それはなおさらのことだと思います。また、今回はこれほど多くの仏の弟子たちと一緒に法を授かることができるのですから、良い心を起こし、常にその良い発心を保っておくようにしましょう。法の教えを私たちが自ら実践し、他者にも伝え広めていけることを心から願っています。

この開会の言葉の後、慈悲深い面持ちで法座にお座りになられた法王は、法話の冒頭で、お心の中から自然に流れ出たような、私もこれまでに聞いたことのない吉祥の言葉を述べられました。

空には吉祥なる天女の彩雲がかかり、
地上では吉祥なる人々が十善を行い、
そばには吉祥なる憤怒と寂静のマンダラが据えられている、
この吉祥が発展し、円満になりますように。

続けて法王は「タシデレ」と祝福をお贈りになり、次のように解説をなされました。

法話の前に、私は皆さんから吉祥の言葉を頂きました。ですから、私も法話の冒頭で、皆さんに吉祥の言葉をお贈りしました。

この言葉にどのような意味が込められているかをお話ししますと、まず一旬目は、今日のおめでたい行事を空の吉祥なる天女たちもとてもお喜びになられており、鮮やかな彩雲を空いっぱい浮かべ、虹を空いっぱいにかけていらっしやる、という意味です。

二旬目は、このような吉祥なる場所で法輪を転ずることで、一人ひとりが十善を行う幸せを享受することができるのである、という意味です。

ハワイ

三句目は、このハワイの地は、極楽浄土のような特有の心地よさが寂靜のマンダラを表しているようであり、燃え盛る火山の存在が憤怒のマンダラを表しているようである、という意味です。

最後の句は、この素晴らしいハワイの吉祥がいつまでも続き、ますます栄えていきますように、そして全ての円満と吉祥がいつまでも続きますように、という願いを表しています。

この吉祥の言葉は今この場で浮かんだもので、事前に用意してきていたものではありません。皆さんから素晴らしい吉祥の賛美を頂き、私の中で突然ひらめいた何かによって、自然とこのような吉祥なる言葉をお伝えすることができました。

法王がこのようにおっしゃると、皆の心が日の光に照らされたかのように喜びに満ちあふれていき、寺院の芝生の上を散歩していた数羽の孔雀たちが奏でる高らかな鳴き声が、まるで皆に吉祥を届けているかのようにでした。

こうして吉祥の言葉を述べた後、法王は正式に「菩薩戒」の伝授を行いました。

根本ラマへの礼拝：

三世の諸仏の本体にして、海のような部とマンダラの遍満主であり、比類なきご恩がある尊者にして、吉祥なる守護者である根本ラマの無垢な御御足の塵に稽首し、敬いをもって帰命し、帰依し、ご加持を賜るために祈りを捧げます。

釈迦牟尼仏への礼拝：

見る者を飽きさせない美しいお顔の花が鮮やかに微笑み、相好の輝きという明らかな花蕊が衆生の目の甘露となり、何よりも長い大悲の花弁が三界にあまねく行き渡り、牟尼の白蓮華のご足蓮が、今私の心の蓮華海をお守りくださいますように。

パドマサンバヴァへの礼拝：

諸仏の智慧、慈悲、力の本質であり、無数のマンダラの輪を持っていて、この世界では阿闍梨の姿をとる、勝乗の比類なき導師、王パドマカラ (padmakara、パドマサンバヴァを指す)。

ロンチェン・ラブジャムパ (klong chen rab 'byams pa) への礼拝：

法尽界において法身の意趣を得て、光明界において報身の刹土を見て、所化の前で化身の利他を行う全知の法王に礼拝いたします。

ミバム・ギャムツォ (mi pham rgya mtsho) への礼拝：

言葉の獅子の叡智が心に現れ、普賢の願いを修習し、仏と菩薩の事業を持つ、ジャムヤン・ラマ ('jam dbyangs bla ma、文殊上師) の御御足に礼拝いたします。

三根本への礼拝：

意趣、象徴、聴聞の相承を受け継ぐ持明者のラマ、寂靜、情熱、憤怒の相を持つイダムの神、三処のダーキニーと三タントラの勇者、広大な三根本の尊者たちに礼拝いたします。

文殊菩薩への祈願：

いつか私が利他の心によって、心の蓮華であなたシュンヌ (gzhon nu、「童子」の意) のことを思いながら、善説の甘露の声を発した時には、ジャムペル ('jam dpal、「文殊」の意) よ、どうか私の心に吉祥をもたらしてください。

あなたは三有の苦しみがどれほどのものかよくご存じであり、地獄の炎などを鎮めておられます。衆生を利するために私が速やかに精進する時には、聖者の方々よ、どうか私に力をお授けください。

衆生を法の聴聞にお招きする：

十方の幾千もの世界にいらっしゃる善逝の弟子となった方々よ、今ここに降り注ぐ導師の法の雨を聴聞したいと望む者たちは、全てここにお集まりください。

ハワイ

虚空のように果てしない生きとし生けるもの全てを利するために、無上なる菩提心をお起こしください。

私は今日、本当にとても嬉しく思っています。なぜなら、今日は場所、時間、導師、眷属、法が全て円満に揃っているからです。

・五円満

1. 時の円満

まず、今のこの時期について私はとても喜ばしく思います。今月は仏が誕生、成仏、涅槃された月、すなわち、仏による事業の始まりと終わりを迎えた月であるサカダワで、とても縁起のいい時期です。

また、私たちはこの地を訪れる前に、チベットの 30 万の在家の修行者と 1 万余りの僧侶と共に西方極楽浄土に往生する願いを立てており、そのような吉祥な集まりが端緒となり、チベットでも多くの方々に解脱の種を植えることができました。これはちょうど私が出発する前の出来事です。

2. 場所の円満

そして今、私は世界で最も強大な国の 1 つであるアメリカで、皆さんに仏法を解説しています。これは非常におめでたい縁起であり、私はとても喜ばしく思います。

3. 法の円満

また、法についても私はとても喜ばしく思っています。世界には人々に幸せをもたらす素晴らしい宗教がたくさん存在しますが、1 人の仏教徒にとっては、仏法に巡り合い、仏法が私たちに永遠の幸せをもたらすものであると知ることができるのは、とても幸運なことだと思いますし、それは光明劫とは何かということを理解している証でもあります。このことは、仏法を修行している人であれば誰もが真理であると理解していることであり、単に私たちが仏教を信仰しているから言えるのだということではありません。

小乗の説く自己の解脱ももちろん素晴らしい教えですが、あくまで自己を対象とするものです。一方で、大乘が追い求める対象はより広く、その目的は生きとし生けるもの全てを利することであり、自己の解脱のみを目指すものではありません。ですから、大乘に巡り合えたということは、とても幸運なことだと思います。そして、特に大乘の中でも金剛乗あるいは秘密乗と呼ばれる教えを修行すると、今世のうちに速やかに成就を遂げ、心の本性に秘められた潜在的な力を自覚することができますので、これらの教えに出会えることは極めて幸運なことです。私たちは奇しくもこの全てをすでに兼ね備えているのです。

4. 導師の円満

導師の円満に関して、これは私の個人的な話となるのですが、私は生まれた瞬間に仏教と出会い、14歳の頃から周りの方々に法を解説し始めて、現在に至るまで続けています。以前の私の法話はまだそれなりに質の良い方だったと思うのですが、年をとった今は健康状態も衰えを感じる事が多くなり、視力も下がって文字がよく見えなくなってしまっているため、法話の質は以前の私には敵わなくなってしまいました。

私は各国の政治、科学技術、伝統などについてはあまり詳しくありませんし、ひいてはここにいる皆さんの食べ物好みでさえもまだ理解できていません。そのため、今ここでやっている仏法の解説が皆さんのご要望に沿うものであるかも分かっておらず、私としては少し申し訳ない気持ちでここにいるのですが、これも前世のご縁か何かであると申し上げることしかできません。もし私の説明で何らかの誤りにお気づきになった時には、どうか訂正をしていただければ幸いです。

5. 眷属の円満

眷属の円満とは、今日ここにお集まりいただいている大多数の皆さんが仏教徒であり、それぞれ異なる国々からいらした様々な民族の方々が、いずれも一定の信心と智慧を兼ね備えていることです。

以上の5つを五円満と呼んでいます。

・共通の前行

本行の解説を行う前に、まず、人身の得難さについてお話ししたいと思います。

私たちは今、法を修行するための条件を兼ね備えた尊い人身（mi lus rin poche、ミルー・リンポチェ）を得ることができました。これは極めて得難いものです。どうしてかという、まず、原因の面から考えて非常に得難いものであると言えます。このような人身は、これまで幾多ものカルパ（kalpa、劫）における幾多もの生にわたって、善を積み、悪を断ってきた結果として得られるもので、それ以外の方法で得ることができないからです。

次に、比喩の面から考えても非常に得難いものであると言えます。例えば、ひと掴みの豆を滑らかな壁に投げつけても豆はほとんど壁につくことはありませんが、私たちが人の体を得ることができる確率は、この壁につく豆の割合よりも低いからです。

最後に、数の面から考えても非常に得難いものであることが分かります。仮に、法に背く行為を働く人を大地に積もる塵とすると、それに対する修行者は爪の上に乗った塵の数ほどにしか存在しないと、經典の中で仏がお説きになられています。

これほどまでに得難い人身を得たということは、非常に大きな意味を持ちます。もし、あなたが今世で長生きして、健康でいて、富や名声に恵まれたいと願うのであれば、今の人の体を使って修行することで実現することができますし、来世のために修行を積んで心身共に苦しみから離れた不可思議な仏の境地に至りたいと願うのであれば、それもまた今の人の体を通して実現することができます。

このように素晴らしい人身を得ている今こそ、自利と利他のために早急に修行に取り組んでいかなければ、死は突然やってきてしまいます（生命の無常）。そして、死ぬ時は業の力に従って他の世界へさまよっていきます（因果応報）。その時に善を積んで幸せを得たいと願っても、もう自由はありません（輪廻の苦しみ）。自由のある今のうちに清らかな善を積んでおくことが大切なのです。



提供：Joshua Mulder

ハワイ

善を積むための法については、慈悲深い導師釈迦牟尼仏がたくさんご紹介してくださっており、それぞれを普通の金属、黄金、ダイヤモンド、如意宝のようであると例えられています。言うまでもなく、これらの中で最も優れた法は如意宝に例えられている法です。世尊がお説きになられている多くの法の中で、皆さんはどれをお選びになりますか。普通の法でしょうか。中程度の法ですか。比較的優れている法ですか。それとも、最も優れた法が良いでしょうか。

(ここで皆さんが「最も優れた法」と答えたため、会場に笑いが起こる)

ははは、よいでしょう。最も優れた法の修行がしたいのであれば、仏のお説きになられた8万4千の法門の中で、菩提心とゾクチェンほど優れているものはありません。

菩提心は大乗の修行者であれば誰でも修行できますが、ゾクチェンは大乗の中でも密教金剛乗の教えて、特別優れた機根を備えた人が修行するものなので、大乗の修行者であれば誰でも修行できるという代物ではありません。

皆さんは2つの法のどちらも修行したいですか。それとも、どちらか1つを修行したいですか？

(ここでまた皆さんが「2つとも」と答えたため、会場に笑いが起こる)

素晴らしい。皆さんが2つの法の修行を望まれることは、大変素晴らしいことです。チベットの高僧大徳の大多数がこの2つの法を修行しており、どちらか1つの法だけを修行している方はいません。皆さんが同じように願いを起こせることは、とても、とても素晴らしいことだと思います。

それでは、今日はまず菩提心について解説して、皆さんに菩薩戒を伝授したいと思います。

・菩提心の功德

菩提心は、慈悲深い私たちの導師である釈迦牟尼仏が、無数劫の昔より何度もその叡智によって考察した後に、一切衆生に利益をもたらし、一切衆生の苦しみをなくす方便として宝の菩提心ほど優れたものは存在しないことを知り、人々にお説きになられた法です。私たちは菩提心により、一時的には天人や人間の幸せを得ることができ、究極的には仏の境地を成就することができます。そのため、この世の中で苦しみから離れ、幸せを得たいと望む全ての人にとって、菩提心は拠り所とされるべきものです。

菩提心が心に生じた途端、その者はもう「凡夫」ではなくなります。名称の側面から見ると、菩提心が生じた時点でその者は「菩薩」となり、如来の家業を継ぐ者として、完全に「凡夫」の領域を超越します。そして意味の側面から見ると、菩提心が生じた瞬間からその者は、天、龍、羅刹、薬叉、乾闥婆、人非人などから礼拝される対象となります。そのため、私たちは菩提心を修習する必要があります。

例えば、一両の錬金剤を使って千両の鉄を一瞬で黄金に変えてしまうように、菩提心が生じると、不浄で意に沿わないものだったそれまでの体が、速やかに、相好を円満に兼ね備え、見る者に不快感を与えない、常に衆生に利益をもたらす仏の体に変化します。

菩提心を伴わない状態で積む礼拝、右邊、読経などの善根は、まるで芭蕉の木のように実りが1回熟しただけで消えてなくなってしまいます。一方、菩提心を伴った状態で積む善根は、天界の如意樹や人間界の果樹のように絶えず実をつけ続け、一時的には人間界における転輪王、天界における帝釈天や梵天などの結果をもたらし、究極的には無上なる仏の結果をもたらす、恒常的に、あまねく行き渡って、自然成就して、衆生を利することができるようになります。

菩提心があれば、私たちが始まりのない時から積んできた殺生や盗みなどの小さな不善業は、まるで干し草の山に火をつけたかのように、一瞬で残らず焼き尽くされてしまいますし、ご父母を殺害するなどの深刻な大罪を犯して悪趣

ハワイ

に墮ちてしまったとしても、指を弾いて鳴らす程度の時間で解脱できますので、悪趣で無尽蔵の苦しみを受け続けるということもありません。

そのため、罪業を浄化したいと望む方々も菩提心を修習するべきです。

ここまでで、菩提心の功德の一部を説明しましたが、より詳しく知りたければ、『華嚴経』の中で100個余りもの比喻を用いた説明がなされています。

もし皆さんが、より簡略的に菩提心の功德を学びたい場合には、次の3つのポイントを心に留めておくとい良いでしょう。1つ目は菩提心を起こすと三悪趣に墮ちることがなくなるということ、2つ目は菩提心を起こすと、努力をせずとも天界や人間界などの善趣に生まれることができるということ、3つ目は菩提心を起こすと、不老不死である仏の境地を得ることができるということです。

今日、私たちは特別なご縁によって一堂に会することができましたので、ここからはご一緒に菩薩戒を授かっていきましょう。

・戒律を授かるための前行として帰依を行う

まず、帰依を行う前に、前方の空中をあまねく満たすかのように、十方におわす諸仏、十地菩薩摩訶薩、相承系譜の金剛ラマたちが、私たちの目の前にいらっしゃると鮮明に観想します。私たちは彼らを証人として、彼らの御前で菩提心を起こすのだと考えながら、私に続いて次のように1回読み唱えてください。

十方におわす仏世尊、十地に住する菩薩摩訶薩、偉大なる持金剛のラマたちよ、どうか私に思いを垂れてください。

菩提心を起こすためには、まず帰依戒を授かる必要があります。帰依を行わなければ、いかなる仏の教えも成就できません。そのため、まずは帰依を行います。

三宝への帰依では、最初に仏へ帰依します。今この時から何度生まれ変わっても、自分は本師釈迦牟尼仏に帰依し、相反する導師には誰一人として帰依しないと誓って誓いを立てることが、仏への帰依です。

次に法へ帰依します。自分は仏がお説きになられた法を修行し、それ以外のものは今後一切修行しないと考えることが法への帰依です。

最後に僧へ帰依します。文殊菩薩、金剛手菩薩、観音菩薩、パドマサンバヴァなどの仏の追隨者を模範にして、彼らの見解と行為を見習い、解脱道を歩み進めていくことが僧への帰依です。

要約すると三宝への帰依とは、たとえ自分の命が危機に瀕しても決して三宝を手放さず、三宝を拠り所とすることを誓うことです。

それでは、私に続いて次のように3回帰依偈を読み唱えてください。

菩提の真髓にたどり着くその時まで、諸仏に帰依いたします。

法と菩薩の集まりにも、同様に帰依いたします。

これにより、今私たちは帰依戒を心に授かりました。皆さんも何かを感じましたか？

今日から皆さんは帰依をした真の仏教徒となりました。仏教徒と非仏教徒の違いは、帰依をしているか否かです。

そして、これからはどのような法を修行する時にも顕著な効果が見られるようになり、強い力が生じるようになります。また、いかなる恐怖や苦しみに直面しても、一心に三宝に祈りを捧げることで必ず守られるようになります。もし、名声、幸せ、権力、地位などを求めるのであれば、真摯に三宝に祈りを捧げることで相応のご利益がもたらされることでしょう。

三宝に帰依したからには、いつでもどこにいても、いかなる衆生にも危害を加えてはならず、常に誠心誠意、衆生に利益を与えていかなければなりません。これらは最も根本的なことです。

ハワイ

・戒律を授かる本行として菩提心を起こす

続いて、本行の菩提心を起こしていきます。菩提心には「発願心」(smon pa sems bskyed、願いの菩提心)と「発趣心」(jug pa sems bskyed、行いの菩提心)の2つがあります。

発願心とは、一切衆生が仏の境地を得ることを願い、祈ることです。発趣心とは、その上で、願いを実現するために実際の行動の中で、布施、持戒、忍耐などの六波羅蜜を行っていくことです。

これから私と一緒に、菩薩戒を授かるための偈頌を3回読み唱えていきますが、1回目を唱え終えた際には自分の心に発願心が生じたと考え、2回目を唱え終えた際には自分の心に発趣心が生じたと考え、3回目を唱え終えた際にはその2つが両方同時に心に生じたと考えてください。全てを唱え終わると、皆さんは菩薩戒を授かり「仏子」または「菩薩」と呼ばれる者となります。

かつて善逝が菩提心を起こし、
菩薩の学処に順次住していったように、
私も衆生を利するために菩提心を起こし、
同じように学処を順次に学んでいきます。

たった今、皆さんは菩薩戒を授かり、心の中に尊い菩提心が生じ、「菩薩」の名を与えられました。特に、発願心を起こした上で、体と言葉を使って衆生を利するために行動していくことができれば、それは発趣心となります。

「発願心」と「発趣心」の2つの菩提心のうち、より優れているのは発趣心です。発願心も同様の功德を全て備えています。発趣心を心に起こすことができれば、実際には何も善を積むことなく、ただただと過ごしたり、居眠りをしたり、無意味なことに時間を費やして散漫に過ごしたりしていたとしても、善の功德は、まるで大きな川の流れのように常に途絶えることなく、日を追うごとにどんどん増えていきます。このように、発趣心の功德は虚空にも入りきらないほど大きく、そのご利益は不可思議なものです。この2つの菩提心の中でも、とりわけ発趣心を主として修習することが重要です。

なぜ、菩提心にこれほど大きな功德があるのかということ、まるで果てしなく広がる虚空のように、衆生もまた無限に存在していますので、それらの生きとし生けるもの全てが幸せになり苦しみから離れることができるようにと願い、そのために行動したとしたら、その功德は計り知れないものになる、ということとは想像に難くないでしょう。

また、一切衆生の幸せを願う菩提心を起こすだけで、不可思議な功德を得られることを表すエピソードには、次のようなものもあります。幾多ものカルパを隔てたはるか遠い昔に、ザウィ・ブモ（mdza' bo'i bu mo）と呼ばれる商人がおり、その者は人間だった時に母親の頭を足で蹴った業によって悪趣に生まれ落ち、常に頭上で回り続ける鉄の輪に頭を切り刻まれて、脳髄が四方に飛び散るような苦しみを背負っていました。しかしある時、その者が心の中で「このような苦しみを味わっている人々はなんて不憫なのだろう。このような苦しみを全て私が肩代わりし、彼らの苦しみがただちに消えますように」と考えた途端に、頭上の鉄の輪は空に消えて苦しみが去り、その者に再び幸せが訪れたのでした。

このエピソードが示すように、一部の衆生に対して苦しみがなくなるよう願うだけでも、これほどまでに計り知れない功德があるのであれば、この世に存在する生きとし生けるもの全てが幸せになり苦しみから離れるようにと願うことが、計り知れない功德となることは言うまでもないでしょう。

また、もし誰かが数億年にわたって七宝、飲食、服飾などを三世の諸仏に供養し続けたとしたらその功德は莫大ですが、一方で、もし誰かがわずかに1回でも「生きとし生けるもの全てが仏の境地に至りますように」と願う善心を起こしたとしたら、その功德は前者をはるかに凌駕するほど大きくなります。

・戒律を授かった後の後行として自他の喜びを起こすこと

このような菩提心は如意宝のように得難い貴重なものです。如意宝は、かつてカルパの初期には存在していましたが、現在には存在していません。如意宝は転輪王が世に現れる時に姿を現し、その周囲1由旬の範囲内の衆生に衣食や

ハワイ

宝石の雨を降らすことができるのですが、一般的に貧しい人は手に入れることができない代物です。

菩提心は、その如意宝よりももっと大切なものです。その菩提心を、今私たちは心に起こすことができたのですから、心の奥底から喜びを起こして随喜すべきです。このような気持ちを抱きながら、次の偈頌を私の後に続いて1回読み唱えましょう。

今世、私は幸運なことに人として生を受け、
私の種姓のもとに生まれ、私の子となりました。
今こそ私は何としてでも種姓に相応しい行いを心がけ、
過失なき高潔な種姓を汚さないようにするべきです。
まるで盲目の者がガラクタの山から宝を見つけるように、
思いがけないご縁で、私は菩提心を心に起こしました。

続いて、他者にも喜びを起こしていただきましょう。「世間の天龍八部や大力鬼神などの非人たちよ、どうか喜びの心を起こし、私を助け、お守りください。私はあなたたちを輪廻の苦しみから救い、私の境地に導く願いを起こして誓いを立てました。どうかこのことをお喜びになってください。そして、ハワイを統括する、体に炎をまとった火山の女神ペレ（Goddess of Volcanoes and Fire: Pele）をはじめとする、あらゆる護法神と土地神の皆さまも、どうか喜びを起こして随喜してください。私はできる限りを尽くして皆さんに利益を与えますので、皆さんもどうか全力で私の逆境を取り除き、順境をもたらし、道場を守り、特に菩提心を修習している全ての方々をお守りください」と考えながら、私に続いて次のように読み唱えてください。

私は今、全ての守護者の御前で、
善逝の境地そのものと、そこに至るまでの幸せ〔の宴会〕に、
衆生を大切なお客様としてお招きしますので、
天や非天などの皆様、どうかお喜びになってください。
至高の菩提心という宝をまだ起こしていない方々は起こし、

すでに起こしている方々は、それが衰えることなく、
どんどん増長していきますように。

以上で今回の法話を終えたいと思いますので、ここからは皆さんで一緒に
功德を廻向していきましょう。

この法話を聞いて私はとても嬉しい気持ちになるとともに、この教えをと
ても貴重なものを感じました。法王は菩薩戒の伝授に際し、関連する功德、要訣、
戒律を授かる流れを明確に解説してくださっており、どれも非常にシンプルで
実践しやすいものでしたので、今後自分で受法するにせよ、他者に伝授するに
せよ、この方法に基づいて行うことができると思ったからです。

戒律の伝授を終えた法王が一息つかれていると、皆さん待ちきれない様子で
質疑応答が始まりました。

質問：やはり私には三宝への帰依の仕方が分かりませんでした。もう一度ご
解説いただけますか。

法王：三宝への帰依の仕方は、仏を唯一の無上なる導師とし、仏の教えを唯
一の無上なる優れた道とし、僧衆を唯一の無上なる仲間とする誓いを立てるこ
とです。

質問：発趣心に関するお話の中で六波羅蜜の布施、持戒、忍辱については言
及されていましたが、残りの3つの波羅蜜とはどのようなものですか。

法王：残りの3つの波羅蜜のうち、精進は善に喜ぶこと、禪定は心を他に散
漫させないこと、智慧は空性を証悟した境地を指します。

質問：「乗」とはどのような意味ですか？ 顕教の因乗と密教の金剛乗には
どのような違いがあるのでしょうか。

法王：「乗」は文字通り乗り物を意味します。乗は私たちを目的地まで運
んでくれる乗り物であり、その道中を「因乗」、目的地を「果乗」と言います。

ハワイ

『般若摂頌』(‘phags pa shes rab kyi pha rol tu phyin pa sdud pa’i tshigs su bcad pa bzhugs so) においては、「〔菩提の大乗とはどのようなものかという
と、〕この乗は虚空のようであり、無量宮のようであり、幸せと喜びをもたらす
至高の乗である。それに乗って一切衆生は涅槃へ脱する」と説かれています。

顕教の因乗では、1人の凡夫が修行を通して仏になっていくと考えられてい
て、その道のりと結果は別々のものとされていますが、密教の果乗(金剛乗)
では、衆生はもとより仏であり、それを改めて認識することがすなわち悟りを
開くことであると考えられているので、道のりと結果は同じものとされてい
ます。

質問：あなたがここへ来てくださって、私たちはとても嬉しいです。今チ
ベットは深刻な迫害を受けていると聞きました。どこにいても多少のトラブル
は仕方ないと思いますが、チベットは仏教がとても栄えているご加持ある場所
で、人々も皆、菩提心を抱いているはずなのに、どうしてこれほどたくさんの
苦難があるのでしょうか。

法王：一般には、菩提心を起こした菩薩が危害を加えられることは滅多にあ
りませんが、もしあったとしてもそれは喜ばしいことであり、そのような逆境
があることで修行の機会がたくさん生まれます。私たちの本師釈迦牟尼仏も、
かつて困地であった時にたくさんの苦難に見舞われたからこそ、自分の頭や目
などを衆生に分け与え、衆生を利する機会を得られました。

もちろん迫害を受けている理由は他にもありますが、今はこの理由をお伝え
するだけで十分だと思っています。

質問：心の連続体に起こす菩提心とは心に属するものですね？ 体に何か
影響はありますか？

法王：菩提心とはある種の目覚めた心を指しますが、私たちのこの体が存在
する限り、そのような心は体にも影響を及ぼします。

文殊菩薩がくれた文殊菩薩

その日の午後、本来は菩薩戒の伝授を終えた法王に、時差の調整も兼ねてお休みになっていただくはずでしたが、法王を慕って多くの方が現地を訪れており、法王にお会いしたいという方やご加持を求める方が後を絶えませんでした。西洋の方々は質問をするのがお好きなようで、法王ご本人のことや、ラルン五明仏学院、チベットなどについて、多くの質問が寄せられました。

法王に「文化大革命の時にチベットの洞窟の中でリトリートをしていたあなたを紅衛兵が洞窟の外に引っ張り出そうとすると、あなたの体が急に巨大化して重くなり、動かせなくなってしまったと聞きました。あなたはどのようにしてそのようなことを行ったのですか？」と尋ねた人には、法王は笑って「あれは彼らがそうしていただけで、私は彼らと一緒に遊んでいただけです」と答えていました。

また、ミゲル・シュワーベ (Miguel Schwabe) という、ウッドバレー寺の代表として私たちの応接をしてくださった西洋人の男性は、チベット語が少し分かる方だったので、法話が行われていない時にはよく、法王とお話をしたり、法王に質問をしたりしていました。聞くところによると、法王は彼に神通をお見せしたこともあるようです。2017年10月20日、私は人づてに彼に依頼してインタビューを行ったのですが、彼は当時のことをこのように振り返っていました。

私が法王に「五台山の巡礼はいかがでしたか？」と尋ねると、法王は「当時は本当に人がたくさんいました。五台山へ行く道中にも、私たちの巡礼を知り駆けつけてくれた方々がたくさんいて、汽車に乗る人々がどんどん増えてしまいましたので、警察の方々も警戒していたようです。当時の中国では、チベット仏教にあまり馴染みのない方も多くて、ただ私と一緒に巡礼しようと来ていた方々もいらっしゃいました。一方で私はというと、実はあまり行きたくなくて、ただリトリートをしたいと思っていました」とおっしゃっていました。

ハワイ

私が「あなたは文殊菩薩にお会いしましたか？」と尋ねると、法王は「はい。善財洞でのリトリートを終えようとしていた時に、この目で文殊菩薩を見ました。あのリトリートは本当に大成功でした」とおっしゃいました。

また、私が「文殊菩薩はあなたに何かございましたか？」と尋ねると、法王は「いただきました」とお答えになり、彼がその場で頭を手で軽く触れると、このくらい（写真を参照）の大きさの仏像が手の平の上に現れました。バッグの中に手を入れることも、テーブルに触れることもなく、何気ないようにご自身の頭を軽く触れただけで、空中から文殊菩薩の像を取り出したのです。

法王がその像を私の方に差し出されたので、私は両手で受け取って一度押しいただいた後に、改めてその像を見つめました。心の中では感激のあまり「なんて特別なことなのだろう。まさか私に、文殊菩薩が直々にくださった文殊菩薩像を手にする機会があるなんて」と思っていました。その像はとても精巧な作りをしており、大変美しく、手に取るとずっしりとした重みがあり、決して幻などではありませんでした。



手で文殊菩薩像の大きさを伝えるミゲル

3、4分ほどじっくりと観察した後に、私が法王に像をお返しすると、文殊菩薩像は今度もまた法王の手からずりりと消えたのでした。

このような光景を見て、私は「法王が神通を示されたのだろうか？」と思いました。それまでも、私は多くのラマたちとリトリートをする中で、彼らが神通を示すのを見てきましたが、法王が示されたものは他の神通とは異なるもので、私は衝撃を受けました。もしかしたら、テルチェン・レーラブ・リンパ (gter chen las rab gling pa, 「偉大なるテルトン・レーラブ・リンパ」の意) と何か関係があるのかもしれませんが。

このような出来事は、昨今ではなかなか体験できないことだと思いますので、私はとても幸運だったと思います。



ミゲル・シュワーベ (右から3番目)

ゾクチェンの紹介

法王は法話の中で、チベット仏教における2つの大きな修行は、菩提心とゾクチェンであるとおっしゃいました。そのうち菩提心については、1日目の午前に行われた菩薩戒の伝授の中で解説が行われましたが、ゾクチェンについては、2日目の法話で『文殊静修ゾクチェン』（'jam dpal zhi sgrub）の灌頂とその手引きの伝授が行われる予定でしたので、皆さんがゾクチェンについてより理解を深め、信心を起こせるよう、法王は1日目の夜にこのようなお話をされました。

諸仏の智慧、慈悲、力の本質であり、無数のマンダラの輪を持っていて、この世界では阿闍梨の姿をとる、勝乗の比類なき導師、王パドマカラ。

他の宗教においても仏教においても、法の解説、法の聴聞、修行など、何かの行事を行う前には、必ず自分たちの信奉する本尊に礼賛を行うというのが、宗教を信仰する者たちの中での普遍的な手順だと思います。それに倣い、私もここでまず自分の本尊に礼賛を行い、所化の衆生のために法輪を転ずることを誓います。

私は今朝、仏教における共通しない大乘の体系においては、正法の解説、聴聞、修行を行う際に至高の菩提心を起こすことが必要不可欠であるとお伝えしましたが、法を聴聞する態度としても「生きとし生けるもの全てを仏の境地に至らしめるため」であることを前提として、その法を聴聞していくことがとても大切です。

では、法の聴聞者はどうすれば一切衆生を仏の境地に至らしめる力を得られるのかというと、世尊は「修行を9年間行うよりも、法の解説と聴聞を1回行うことの方が功德は大きい」とおっしゃっています。つまり、9年間の修行も、ラマのもとで法を聴聞してその意味を思惟することには敵わないということになりますので、衆生に利益をもたらしたいと考える人にとっては、法の聴聞は特に重要なのです。

それだけでなく、私は經典の中で、法話の時間を知らせるために鳴らされる太鼓、法螺貝、銅鑼などの音を、近くにいた鳥獣たちが聞いただけでも、悪趣の門は閉ざされ、低劣な体に生まれることがなくなると説かれていますので、ましてや、法を実際に聴聞するともなれば、尚のこと不可思議な利益があることは言うまでもありません。法を聴聞することで自分の無知や愚かさをなくすことができますし、実際に智者にお会いする際の一番の贈り物となるのも法の聴聞に他なりません。このように、法の聴聞は今世に不可思議な収穫をもたらしてくれます。

来世にもたらされるご利益についても、經典の中では「上は三宝の福田へ何度も供養を捧げ、下は悪趣の衆生に長年お布施をするよりも、たった1回でも法を聴聞することの方が功德は大きい」と説かれており、また、大地を余すことなく七宝で造った仏塔や仏像で満たすよりも、四句偈の大乗仏法を聴聞することの方が功德は大きいとも説かれています。また多くの經典や論書にも、十方の広大な刹土にいらっしゃる仏と菩薩たちに、毎日のように様々なものを供養したり、様々な方法で敬い仕えたりすることよりも、四句偈の大乗仏法を聴聞することの方が、功德が大きいと説かれています。

このように、大乗仏法の聴聞はこれほど大きなご利益があることですので、皆さんは「私がこの法を聴聞する善根によって、生きとし生けるもの全てが幸せになり、苦しみから離れますように」と善い心を起こして法を聴聞していきましょう。

・仏が世に現れたこと

それではこれから法話の内容に入っていきたいと思います。

無数劫の昔、私たちの本師である、類いまれな大悲を兼ね備えた釈迦牟尼仏はまだ因地であった時に、当時世間に現れていた大釈迦牟尼仏にお会いしました。彼は仏に靴を1足、カーシカー (kāśikā) の布でできた傘を1つ、貝を500個供養し、その時に初めて、「私は衆生を利するために菩薩道を修行する」という至高の菩提心を起こしました。その後、彼は順次に布施、持戒、忍辱、

ハワイ

精進、禪定という所縁を伴う福德の資糧と、無我の空性を証悟する叡智を指す智慧波羅蜜という所縁を伴わない智慧の資糧からなる2つの資糧を積んでいきました。彼はまず一大阿僧祇劫をかけて資糧道と加行道という凡夫の二道を進み、更に一大阿僧祇劫をかけて、資糧の集積と障害の浄化をすることによって、見道の極喜地と修道の不浄なる七地を順次に証悟し、その後、更に一大阿僧祇劫をかけて第八地、第九地、第十地という清浄なる三地を証悟しました。

そして、第十地の最後に、彼はトゥシタ天の天子シュヴェータケートゥ (*śvetaketu, dam pa tog dkar po*) として生まれ、トゥシタ天の天人たちに法輪を広く転じました。その後、チベット暦の地と羊の年、仲夏のチュトゥ・ダワ (*chu stod zla ba*, チベット暦6月の別称) の6月15日に、



彼は南瞻部洲の衆生を教化するため、トゥシタ天 (*tuṣita*、兜率天) から人間界のカピラヴァストゥ (*kapilavastu*) にいるマヤー夫人 (*māyā*、摩耶夫人) のお腹に宿ります。10か月後、彼はルンビニー (*lumbinī*、藍毘尼園) でマヤー夫人の右脇から、苦痛を伴うことなくお生まれになりました (原注: ルンビニーは現在ネパールにあります)。そして、29歳まではシュッドーダナ王 (*śuddhodana*、淨飯王) が政権を握るカピラヴァストゥにいらっしゃいましたが、29歳の時、彼は輪廻に対する厭離の心から、清らかな塔の前で髪の毛を剃り落として出家します。その後、彼は尼連禪河の岸辺で毎日一滴の水と一粒の米だけを食べて、6年間に及ぶ苦行を行いました。これは未来の修行者へ向けた、法の修行にはいかなる困難をも厭わない根気が必要である、という教訓だったのでしょう。やがて春になり、彼はサカダワの15日にインド金剛座で成仏されました。その49日後に、彼はヴァーラーナシーの仙人墮処・鹿野苑で、初転の四諦法輪を転じ、続いて靈鷲山で第二転の無相法輪を転じ、その後、

ヴァイシャーリーなどの不特定の場所で第三転の善弁別法輪を転じた後、最後にクシナガラで所化たちの常住の執着をなくすために涅槃されました。

以上が、顕教の観点に基づいた仏の出世に関する大まかな説明です。

・授記なされたこと

では、密教金剛乗の教えはどのようにして繁栄していったかというところ、仏はご在世されていた頃に、ウッディヤーナ (uḍḍiyāna) でインドラブーティ (indrabhūti) に『秘密集会タントラ』(guhyasamājantra、gsang ba 'dus pa'i rgyud) の法輪を転じ、インド南部のダーニャカタカの塔 (dhānyakaṭaka stūpa, 'bras spungs kyi mchod rten) において、シャンバラ (shambhala) の法王大ワ・サンポ (zla ba bzang po) など、不可思議に集まった法の集結者たちに対して、『文殊真実名経』(mañjuśrīnāmasaṃgīti、'jam dpal mtshan brjod) と『カーラチャクラ・タントラ』(kālacakrantra、dus kyi 'khor lo'i rgyud) をお説きになられています。他にも天、龍、夜叉、乾闥婆などの住む場所で、縁ある一部の所化に対して、密教金剛乗の法をお説きになられました。そして、仏は涅槃なさる直前に、自ら「今まで私は多くの所化に向けて、顕教の因乗の法を広く説き、密教の金剛果乗の教えはあまり広く説いてきませんでした、未来では密教の教えが広く栄えることになるでしょう」と授記しています。密教の法輪を転じる者たちについて、世尊は「私の涅槃した 28 年後に、崇高な種姓を備えた 5 人の賢者 (dam pa'i rigs can dra ma lnga) による勧請で、密教の法は広く説かれることになるでしょう」と授記しており、場所に関しては「崇高な種姓を備えた 5 人の賢者は、スリランカのマラヤ山 (ri bo ma la ya) で密教の法を説くでしょう」と授記されています。また、別の授記においては「私の涅槃した 8 年後には、オギエン・ツォキエ・ドルジェ (o rgyan mtsho skyes rdo rje、パドマサンバヴァ) が世に現れ、密教の教えが広く伝えられるでしょう」とも記されています。現在の多くの人々の見解では、オギエン・ツォキエ・ドルジェは、パキスタンの乳海 ('o ma can gyi rgya mtsho) にお生まれになられたと考えられています。

ハワイ

他にも、世尊の『無垢天女経』(lha mo dri ma med pa'i mdo) では「仏の教えは北から北へと伝わり、北方の有雪国で栄えるでしょう」とはっきりと説かれており、この他にも「仏の教えは南から南へと伝わって栄えるでしょう」という授記が見られますが、今改めて見てみると、確かに現在最も仏教が広く栄えている中心地はスリランカとチベットであると言えるでしょう。スリランカでは共通乗の法が、チベットでは大乘の密教の法がそれぞれ広く栄えています。

また仏の経典には、記された当時から見た未来のインドに現れるナーガールジュナ (nāgārjuna) やサラハ (saraha) などの智者や成就者、有雪国チベットの吐蕃王国の歴代の法王についても多くの授記が見られますし、更には、ニンマ派 (rnying ma pa、古派) のオギエン・リンポチェ (o rgyan rin po che、パドマサンバヴァ)、サルマ派 (gsar ma pa、新派) のジェ・リンポチェ・ロサン・タクバ (rje rin po che blo bzang grags pa、ツォンカバ)、サキャ派の先代の大徳たち、ミラレパ (mi la ras pa、ジェツン・ミラレパ) などについても授記されています。

これらについて考えてみると、私たちの本師である仏は他の人々とは異なる特別なお方であると感じさせられます。世界の科学者たちは過去から現在に至るまでに様々な研究を続けてきましたし、この先の未来でも研究は続いていくと思いますが、私たちの本師釈迦牟尼仏のように全ての真理に通達し、その要点を説き示すことのできる方は、世界中のどこを探してもいないだろうと思います。そして、このような類いまれな神通と慈悲を兼ね備えた仏が授記するところによると、今後密教の教えは順次に多くの場所で栄えていくことになるでしょう。

・ゾクチェンの隆盛

全体的に言えば、密教に関しては、外タントラにおける 3 部 (phyi rgyud sde gsum) や内タントラにおける 3 つのヨーガ部 (nang rgyud yo ga gsum) が栄えていった経緯など、話せることはたくさんありますが、これらは皆さんのご要望にあるお話ではないので、ここでは割愛させていただき、今回は特に

その中でもゾクチェンがどのようにして栄えていったのかについてお話したいと思います。

ゾクチェンの教えはどのようにして栄えていったのかというと、最初に諸仏の起源である法身普賢（dharmakāya samantabhadra、chos sku kun tu bzang po）が悟りを開いた後、普賢如来のご加持の力の中から、体の所依としては、人の平均寿命が100歳の頃の人の体と等しい大きさで、101種の宝石によって作られた金剛薩埵（vajrasattva、rdo rje sems dpa'）の像、言葉の所依としては、瑠璃の紙に金のインクで文字が書かれた、自然に現れた4指（sor bzhi）の大きさの『教義の独り子のタントラ』（bstan pa bu gcig gi rgyud）の巻帙、心の所依としては、人の平均寿命が100歳の頃の人の腕の大きさで自然に現れた水晶の金剛杵、これらの「教えの3つの源」（bstan pa'i btsas gsum）または「3つの摂政」（rgyal tshab gsum）と呼ばれるものが現れました。どこであれ、これらのものが存在する場所は、幸せに満ちていて、苦しみがなく、密教金剛乗の法が自然に栄え、多くの衆生が努力を必要とせずに自然と成就を遂げられると言われています。

この「教えの3つの源」のご加持によって、ゾクチェンの12人の導師が他の異なる刹土に現れていきました。密厳浄土で「教えの3つの源」が自然に現れた時には、法身普賢の心の力により、ゾクチェンの法が五部如来に、まるで自分から自分へと意趣を託すようにして伝授されました。報身の密厳浄土では、金剛薩埵の手に、自ら生じた『教義の独り子のタントラ』が降りてきて、その後、ゾクチェンの法は順次に天界、竜宮、人間界などで栄えていきました。この自ら生じた『教義の独り子のタントラ』は、化身の刹土では、インド金剛座の上空で、自声を伴いながら今でも実際に存在していて、未来においても長年にわたって金剛座の上空に存在し続けると言われています。その間、ゾクチェンの教えは衰えることなく栄え続け、世界中のいかなる有情がそれを修行したとしても、必ず成就を遂げて、優れた悉地を得ることができます。この他の体と心の所依も、今まさに他の刹土で衆生に利益をもたらしています。

その後、『教義の独り子のタントラ』のご加持によって、ガラブ・ドルジェ（dga' rab rdo rje）が父親を必要とせずに西方のウッディヤーナに生まれました。

ハワイ

彼は、指を弾いて鳴らす程度の時間で密厳浄土にいる金剛薩埵のもとへ行き、640万のゾクチェンのタントラ、『表出の灌頂—王権の総灌注—』(rtsal dbang rgyal thabs spyi blug)などの灌頂、手引き、要訣を全て授かりました。この時、ガラブ・ドルジェが金剛薩埵から授かった640万のタントラこそ、ガラブ・ドルジェによって心に記憶され、後に結集されたゾクチェンの法です。

ガラブ・ドルジェが法輪を転じていた時、インドにはジャムペル・シェーニエン ('jam dpal bshes gnyen) という十明処に精通する論師がいて、ある時、因果が存在しないと説く者がいると知ったジャムペル・シェーニエンは、その者と弁論することを決意しました。その者こそまさにガラブ・ドルジェであり、このようにしてジャムペル・シェーニエンはガラブ・ドルジェのもとへ弁論をしに行くこととなりましたが、高低どの乗の教えについて弁論してもガラブ・ドルジェを論破できず、様々な神変を使ってもガラブ・ドルジェには太刀打ちできなかったので、ジャムペル・シェーニエンは自分が間違っていたことに気付き、ガラブ・ドルジェに許しを乞い、彼に付き従ってゾクチェンの法を残らず授かりました。

ガラブ・ドルジェが事業を全て成し遂げ、テンティク川 (chu bo dan tig) で涅槃なさる時、ジャムペル・シェーニエンは泣きながら「あなたが涅槃してしまったら、仏法の灯火は消え、衆生は苦しみの場所にとらわれてしまいます」と嘆き悲しみました。すると、すでに光となって消えていたはずのガラブ・ドルジェのお体ですが、再び空中の光の塊の中から右肘より上の部分が現れ、最後の教えとして『要所を突く3つの言葉』(tshig gsum gnad du brdeg pa) をジャムペル・シェーニエンに託しました。その後、ジャムペル・シェーニエンはガラブ・ドルジェの640万のタントラを結集し、外の心部 (sems sde)、内の界部 (klong sde)、秘密の秘訣部 (man ngag sde) の3部に分けました。

そして、ジャムペル・シェーニエンが大尸陀林であるソサリン (so sa gling) で人と人ならざる者たちに法輪を転じていた時、中国の「吉祥なる一万の門」(bkra shis khri sgo) というところ (原注：現在の西安) には、シュリーシンハ (śrī sīṃha) という、8つの共通する成就において自在を得ていて、18の明処に無碍に精通している偉大な智者がいました。彼はある時、観音菩薩から直々



に「良家の子よ、あなたにとって多生の縁があるラマはインドの大尸陀林ソサリンにいるため、彼のもとへ行ってください」と授記を受けたので、神通により体を地面から一肘ほど浮かせた状態で、7日間かけて中国からインドに行き、ジャムペル・シェーニエンのもとで教えを残らず授かりました。

後に、ジャムペル・シェーニエンのお体は光となって消えていきました。その時、シュリーシンハが嘆き悲しみ、泣きながら祈りを捧げていると、空から最後の教えとして『6つの瞑想体験』(sgom nyams drug pa) が舞い降りてきて、シュリーシンハはそれを読んだだけで師のお心と無二になることができました。

シュリーシンハが自分の故郷に戻り、中国の五台山のそばにある「涼しさを与える大尸陀林」(dur khrod chen po bsil sbyin) で、禅定の境地に入って修行に専念していた時、インド東部には偉大なパンディタ (paṇḍita) であるジュニャーナスートラ (jñānasūtra) とヴィマラミトラ (vimalamitra) がいらっしやり、彼らは500世にわたって一緒に法を学んできた、志を共にする気の合う友人同士でした。ある日、彼らが庭園で気晴らしをしていると、空から金剛薩埵が現れて、「良家の子よ、あなたたち2人は500世にわたって、パンディタとして生を受けてきましたが、未だに仏の境地を得られていません。今世において仏の境地を得たければ、中国の『涼しさを与える大尸陀林』に行っていく

ハワイ

ださい」と授記をお授けになりました。ヴィマラミトラは勇敢で気早い性分であったため、すぐに家へ帰り、法衣を着て鉢を持って中国へ向かい、9年間でシュリーシンハから灌頂、手引き、要訣を余すことなく全て授かりました。9年後には、ジュニャーナスートラもシュリーシンハに師事しはじめ、21年にわたって前者よりも優れた灌頂、手引き、要訣などを数多く授かりました。

また、シュリーシンハが中国の「涼しさを与える大尸陀林」にいた時には、ペマ・ジュンネ (pad ma 'byung gnas、*「蓮華より生まれし者」*) の意でパドマサンバヴァを指す) と大翻訳官ヴァイローツァナ (vairotsana) も彼のもとに来てゾクチェンの法を授かりました。そして、シュリーシンハが涅槃なさる時には、ジュニャーナスートラに最後の教えとして『7つの釘』(gzer bu bdun pa) を託し、師弟の心は無二になりました。その後、ジュニャーナスートラが涅槃なさる時には、光の塊の中から、最後の教えとして『とどまるための4つの方便』(bzhag thabs bzhi pa) をヴィマラミトラに託しました。



ここまでご紹介した人の姿で現れたラマたちは皆、光の体 ('od sku) となって消えていきました。一方で、オギエン・リンポチェは今もお涅槃なされずに、羅刹の島である西南のチャーマラ州 (cāmaradvīpa、*rnga yabgling*、*遮末羅洲*) で全ての羅刹たちを統治されています。ヴィマラミトラは中国の五台山で、今もお肉体を手放すことなくご在世さ

れており、100年ごとに一度、彼の真の化身を1人チベットに転生させていて、普段からも絶えず化身を世に出しています。1987年に、私たちは約1万人のチベット人で共に五台山へ行き、ヴィマラミトラのもとを巡礼しました。その時、一部の者はヴィマラミトラや文殊菩薩のお姿を空中に見かけ、一部の者は獅子を、一部の者は虹を、一部の者は人間や鳥などの姿を見かけていて、それ

それが不思議な瑞相を目にしました。今でも多くの人々がこのような光景を目にしているようです。

ヴィマラミトラの真の智慧の化身は、その後チベットに来て、チェツン・センケ・ワンチュク (Ice btsun seng ge dbang phyug) に灌頂、手引き、要訣の全てを伝授しました。その後、チェツン・センケ・ワンチュクは、10万のダーキニーたちと共に聚輪 (gaṇacakra, tshogs kyi 'khor lo) を回していた時、体が光の球となって見えなくなりましたが、ダーキニーたちが彼に祈りを捧げると、彼は最後の教えとして『3章の深遠なるティクレ』(zab thig dum bu gsum pa) を彼女たちに託しました。

このように、ラマたちは順次に世に現れていき、この法を修行する修行者もたくさん現れました。例えば、カム地方にあるカトク寺 (kaḥ thog dgon) では、虹の体の成就者が同時期に 10 万人も現れたことがあり、今もなお、体が虹や光となって消えていく不可思議な虹の体の成就者たちは絶えず現れ続けていて、それこそゾクチェンの法を修行していたソギャル (bsod rgyal) というご尊者也虹の体の成就者の 1 人です。彼についてはドゥジョム法王 2 世 (bdud 'joms 'jigs bral ye shes rdo rje) の記した『ニンマ仏教史』(rnying ma'i chos byung) でも言及されているので、まだ記憶に新しい方々も多くいらっしゃるかもしれません。また、私たちの仏学院がある場所も、ドゥジョム法王 2 世の前世 (原注：すなわちドゥジョム法王 1 世の bdud 'joms gling pa) の道場です。この場所ではかつて虹の体の成就者が同時期に 13 人も現れました。チベットの各寺院でも、虹の体を成就して体が縮小する修行者が、今日でも後を絶ちません。私たちの相承系譜の弟子たちの中にも、臨終時に体が光と化したり、体が縮小したりする瑞相が現れる方々が、過去から現在に至るまで数多くいらっしゃいます。全体的に言えば、ゾクチェンを修行する修行者のうち約 60 パーセントの人々が、それぞれ異なる程度の顕著な成就の証しを得ていると思います。

ここまでで、皆さんがゾクチェンの法に信心を起こせるよう、その歴史について少しお話しいたしました。その法が清らかなものであるかどうかは、それを修行する人々に成就の証しが現れているかどうかを見る必要がありますが、持明の相承の成就者たちが今日に至るまで途絶えることなく現れ続けているこ

ハワイ

とこそ、ゾクチェンの法が清らかなものであることを証明する最も有力な根拠だと思えます。

・ゾクチェンの共通しない特徴

では、どのようにしてゾクチェンの法に対する理解を深めていくべきかという、広く言えば「11の題目」(tshig don bcu gcig pa)から理解を深めていくことができますが、それらを要約すれば、修行の核心は「始原清浄のテクチュー」(ka dag khregs chod)と「自然成就のトゥーゲル」(lhun grub thod rgal)の2つです。

いわゆる「始原清浄のテクチュー」とは、諸法が空を本性としていることを理解するための修行のことを言います。これについては、サキャ派、ニンマ派、カギュ派、ゲルク派など、基本的にはそれぞれの学派ごとに各々の修行方法がありますが、例えば、サルマ派におけるジェ・リンポチェ (rje rin po che、ツォンカバ)の『甘露の妙薬』(bdud rtsi sman mchog)を例に言えば、その内容は冒頭、中盤、終盤の全てにかけて、実質的にはニンマ派におけるゾクチェンと何ら変わりはありません。それだけでなく、サルマ派のジェ・リンポチェの相承系譜の弟子たちの中にも、チャンキャ・ロールペー・ドルジェ (lcang skya rol ba'i rdo rje)など、ゾクチェンの修行を通して成就を遂げた方々は数多くいらっしゃいます。

一方「自然成就のトゥーゲル」は、他のいかなる学派においてもほとんど説かれていないものです。ゾクチェンの法は4大部 (skor tsho chen po bzhi)に分けられ、ジャムベル・シェーニエンが640万のタントラを外の心部 (sems sde)、内の界部 (klong sde)、秘密の秘訣部 (man ngag sde)の3部分に分けてから、シュリーシンハが更に秘密の秘訣部を、外部、内部、秘密部、極秘部の4大部に分けました。その中でも極秘部を除けば、ゾクチェンの教えの中にさえ、トゥーゲルの修行方法は記されていません。

修行方法としては、テクチューとトゥーゲルの 2 つの側面から修行を行う必要があります。中でも、ペマ・ジュンネの『カンド・ニンティク』(mkha' 'gro snying thig) と、ヴィマラミトラの『ヴィマ・ニンティク』(bi ma snying thig) の 2 つは、ペマ・ジュンネとヴィマラミトラの 2 人によってチベットに初めてもたらされたニンティクの教えであることから、「2 つの母ニンティク」(snying thig ma gnyis) と呼ばれています。その後、全知ロンチェン・ラブジャムバが『ヴィマ・ニンティク』の子テキストにあたる『ラマ・ヤンティク』(bla ma yang tig) と、『カンド・ニンティク』の子テキストにあたる『カンド・ヤンティク』(mkha' 'gro yang tig)、および 2 つのニンティクの教えの真髄を要約した『サプモ・ヤンティク』(zab mo yang tig) を記しました。「2 つの母ニンティク」と「2 つの子ニンティク」(snying thig bu gnyis) を合わせて「ニンティク・ヤシ」と呼びます。

そして、法の伝承の仕方には、「説示の伝承」(bshad rgyud) と「聴聞の伝承」(snyan rgyud) の 2 種類があります。

聴聞の伝承では、縁ある数人の智者に対して秘密部以上の法が伝授され、説示の伝承では、ご縁を備える人々に対してであれば、大勢の人々に伝授しても構いません。

全知ロンチェン・ラブジャムバ以前のラマたちは、ゾクチェンの法を弟子の 1 人へと受け継いでいて、それ以外に多くの人々へ広く伝授することはありませんでした。しかし、全知ロンチェン・ラブジャムバ以降は、弟子の数がどんどん増えていったため、弟子が法の器として相応しく、ラマも成就を遂げた方であれば、幾千幾万という大勢の人々へ一度に伝授することも見られるようになりました。例えば、現在チベットにいる成就を得たラマたちの中にも、大勢の人々に向けて法話を行う方々はいますし、インドなどの他の地域にいるドゥジョム法王 2 世、ディルゴ・ケンツェ・リンポチェ (dil mgo mkhyen brtse rin po che)、トゥプワン・ペマ・ノルブなどの大徳の多くも、大勢の人々に向けて『伏蔵の宝庫』(rin chen gter mdzod) や「ニンティク・ヤシ」の灌頂を伝授しています。

ハワイ

どうしてこのように伝授が行われるかという、以前は法の器として相應しい弟子が少なかった一方で、現在は法の器として相應しい弟子が多いからです。

このようにお話しすると、皆さんはもしかしたら「一般的に仏教においては、弥勒仏が現れるまで、時代はどんどん悪くなり、劫はどんどん汚れていき、衆生は業やご縁がどんどん悪くなっていく一方であり、良い方向に向かっていくことはないと考えられている。そんな中で、逆に法がどんどん素晴らしいものになっていくことがあるのだろうか」と疑問に思うかもしれませんが、これはタントラ全体の考え方であり、つまり、煩惱が増えれば増えるほど、それに伴ってより深遠な法が必要になり、法が深遠なものになっていけばいるほど、煩惱も盛んになっているということですので、衆生が放逸している時であればあるほど、法はより要所を突くものである必要があります。そのため、人の平均寿命が果てしなく長かった頃には、タントラの中でも最もレベルの低い部類の「所作タントラ」(spyir bya rgyud) が栄え、人の平均寿命が8万歳になった頃には「行タントラ」(spyod rgyud) が栄え、人の平均寿命が3万歳になった頃には「ヨーガ・タントラ」(rnal 'byor gyi rgyud) が栄え、争いを伴う時代になり、五濁が盛んになってからは、「無上ヨーガ・タントラ」(rnal 'byor bla na med pa'i rgyud) が栄えていったように、時代が衰退していくにつれて、所化に説かれるタントラはより深遠なものになっていきます。そして劫の汚れに伴い、人々はやがて10歳しか生きられないようになると言われていますが、その時、ゾクチェンは以前にも増して広く栄えるようになり、ベルズィンマ (dpal 'dzin ma, 「吉祥を持する者」の意) というダーキニーがこの法を説き、それを見たり、聞いたり、心に思ったり、触れたりした衆生を全て解脱させるであろうと言われています。他の法は、時代の衰退と共に法の力も弱まっていますが、ゾクチェンの法の力は、時代が衰退すればするほど力を増していき、まさに全知ミパム・ギャムツォが「濁世の衰退が暗闇のように垂れ込めても、勝者王パドマの事業は月のように明るいでしょう」とおっしゃる通りです。

仏の經典においても、仏の教えは果期 ('bras bu'i dus)、修期 (sgrub pa'i dus)、教期 (lung gi dus)、唯形象期 (rtags tsam 'dzin pa'i dus) に分けられる

と説かれています。それらのうち果期と修期がすでに過ぎて教期を迎えている今、顕教に関していえば、解説と聴聞を行う以外には、深遠な教えのほとんどがなくなってしまいました。ですから、私の經典全体で見て、教えの力がますます弱まってきているということは、公正な立場から考えても本当にその通りだと思います。一方で密教に関していえば、かつて師のペマ・ジュンネと大バンディタのヴィマラミトラは、インドの東西南北のあらゆる場所を訪れただけでなく、チベットにも訪れていました。当時はまだゾクチェンの教えがそこまで広く栄えていたわけではありませんが、今ではチベットのラマたちも多くの海外の国々を訪問し、法話を行い、灌頂を伝授していて、世界で最も力を持つ国の1つであるアメリカにもゾクチェンの教えが伝わっていますので、これはゾクチェンの法の力が強まって来ている証しだと思います。

それはここにお集まりの皆さんの心理状態を見ても分かることで、皆さんはきっと全体としては仏教に、個別としてはチベット仏教に、特にゾクチェンに強い信心を抱いておられるのではないのでしょうか。これは皆さんの心にゾクチェンのご加持がもたらされようとしている前兆であり、皆さんがゾクチェンに教化される法の器であるということを表している証しだと思います。皆さんはそう思いませんか？

小さな雪国チベットには、現代の科学的知識に深く精通する人はあまりいませんが、ご加持ある深遠なゾクチェンの法がとても栄えていて、現在では多くのチベットのラマたちが世界中の様々な地域に、全体としては私の教えを、特にゾクチェンの法を伝え広めています。このことは、全体としては大乘仏教に、個別としてはゾクチェンの法に、それほどまでの不思議なご加持、力、功德があるという証しだと思います。



ハワイ

また、もしかしたら皆さんは「かつてのゾクチェンのヨーガ行者たちは、肉体を手放すことなく持明の場所に向かい、今でも実際にそれらの浄土に住んでいて、ほとんどが光の体となって解脱していった。それなのに、現代におけるゾクチェンの修行者たち、例えばドゥジョム法王 2 世やディルゴ・ケンツェ・リンポチェなどのラマたちは、どうしてお体を残していったのだろうか？」と疑問に思うかもしれませんが、彼らのお体が光と化さなかった要因は 2 つあると思います。

1 つ目は、お体を光と化すこともできたものの、あえて所化たちの信仰の拠り所として残される場合です。この場合は、体全体を残した方が衆生に利益をもたらせるのであれば体全体を残し、髪の毛や爪を残すだけで衆生に利益をもたらせるのなら、髪の毛や爪以外は全て光と化していきます。昨今では、髪の毛や爪だけを残していかれるラマたちもいますし、体全体を残していかれるラマたちもいますが、それらはいずれも、自分の体を信仰し、礼拝し、右遷するなどした全ての衆生を悪趣から救うという特別な目的のために残されているのです。

2 つ目の要因としては、もしそのラマの弟子たちの中に、不浄な業を抱えている者が多ければ、彼らの汚れによってラマのお体が完全に光と化すに至らないこともあります。

ここでももしかしたら「所化のためにあえてお体を残すことと、お体を光と化すことができないのとでは、何が違うのだろうか？」と疑問に思う人がいるかもしれませんが、例えば、ドゥジョム法王 2 世やディルゴ・ケンツェ・リンポチェのような方々を例に言えば、ドゥジョム法王はオギエン・リンポチェが直々に人間界にいらしたお姿であるため、たとえ地上が全て誓言を破った人々に埋め尽くされたとしても、それが彼の障害となることはありません。そして、ディルゴ・ケンツェ・リンポチェも、法王ティソン・デツェン (khri srong lde btsan) の化身であるため、世界中の衆生や弟子たちが誓言を破ったとしても、彼のような大徳に危害が及ぶことはありません。ですから、彼らお二人がお体を残しているのは、今日の皆さんをはじめとした信心を備える人々にとっての、礼拝、供養、右遷を行う拠り所として残しているのです。

一方で、私たちのような一般的な初学者が、ゾクチェンの修行を行い、その意味に通達して虹の体を成就するには、弟子をとる時によく注意しなければなりません。そうでなければ、ただでさえ一般的な体は苦諦に属す不浄なる集合体ですので、その上で更に弟子たちの中に誓言を破る者が現れれば、それが障害となって虹の体を得られなくなり、肉体を残す他なくなってしまう。私はここにお集まりの皆さんの心を推し量ることはできませんが、少なくとも私のような者は、弟子をとる時に気を付けなければ、きっと弟子たちが誓言を破った罪が障害となって、虹の体を得られなくなってしまうと思います。

以上がゾクチェンの歴史に関する簡単なご紹介です。

・ゾクチェンのご加持

ゾクチェンの教えをただ耳に聞くことができるだけでも、その者はどれほど遅くとも、7 世後に仏の境地を得ていないということはありません。そして、ゾクチェンの灌頂と手引きを得て、ラマに対して邪見を抱いたり、誹謗したりせずに、法に対する信心を失わなければ、どれほど遅くとも中有には必ず解脱することができます。

ゾクチェンの灌頂と手引きを得て、その意味を理解した上で真剣に修行を行えば、上位の信心を持つ者は6ヶ月で、中位の信心を持つ者は7年で、下位の信心を持つ者でも12年で必ず仏の境地を得ることができます。

灌頂と手引きを得た後に修行を行うことができなくても、誓言を破らずに、その教本を体で触れることができるだけで、遠くない未来に解脱を得ることができます。臨終を迎えた衆生の耳元でゾクチェンの法を読み聞かせたり、その者の枕元にゾクチェンの教本をおいて礼拝、右邊、灯明供養などをしたりすることによっても、その者は遠くない未来に成仏するでしょう。

ゾクチェンが全ての乗の頂点であるとされる理由は何かという、九乗における他のいかなる法とも異なる特徴として、それを見る者、触れる者、思う者、聞く者の全てを成仏させてくれるからであり、ゾクチェンが「聞く解脱」や「触れる解脱」などと呼ばれる理由もここに 있습니다。ゾクチェンはこれほど

ハワイ

までに素晴らしい不可思議な法であるため、今この時から、私たちが法とラマに対して、邪見を抱いたり、誹謗したりしなければ、速やかに輪廻における苦しみの原因と苦しみの結果から解脱して、仏の境地を得ることができるよう。

その時には、心身ともにいかなる苦しみもありません。皆さんは嬉しく思いますか？

(ここで参列者の中から笑いが起こる)

修行の基礎

6月19日の午前、法王はご自身のテルマである『文殊静修ゾクチェン』の灌頂を、寺院の仏教徒の方々と、別の場所から法を求めていらした方々に伝授されました。灌頂を行う前に、法王は次のようにおっしゃいました。

今日の灌頂を授かる前に、皆さんは「世界中の生きとし生けるもの全てを利するために、私はこの法をしっかりと聴聞し、伝え広めていく」と考える心を起こしてください。

皆さんがこの法を様々な言語に翻訳し、様々な言語で伝え広めることを、私はここに許可しますので、どうかこの法が世界中の各国で広く栄えるよう、できる限りを尽くして努めていただきたいと思います。

実際に仏教を伝え広めていくことは、私たち全員が担っていくべき役割だと考えています。例えば、ケンポ・ナムドルは、インドにいる多くのチベット人僧侶に仏法を伝え広めているだけでなく、台湾や香港などでもこの法を伝え広めており、広大な弘法利生の事業を成し遂げていますが、皆さんにもきっとその力がありますので、どうかより大きな規模でこの法を伝え広めていってください。大乘の主な学処は、一切衆生を利する大きな心を持つことですので、自分にそのような義務はないと考えるのではなく、一人ひとりがこの神聖な役割を担っていきましょう。また、例えばソダジが中国にいる多数の出家者や在家



提供：Joshua Mulder

ハワイ

者にこの法を広く伝え広めているように、どうか皆さんにも、各地域でこの法が広く栄えていくよう、それぞれの力を尽くして努めていくことを、心に留めていただきたいと思います。

灌頂を終えてから、法王は2日間にわたって『文殊静修ゾクチェン手引き—仏を手中に授ける—』（*‘jam dpal zhi sgrub kyi khrid yig sangs rgyas lag ster*）の解説を行い、初日は冒頭の偈頌から発菩提心の内容までが解説されました。ここでは法王の解説の全容とまではいきませんが、一部を抜粋し、皆さんと共有したいと思います。

前述したように、皆さんはこの法を聴聞するにあたって「世界中の生きとし生けるもの全てを仏の境地に至らしめるために、私はこの素晴らしい法を聴聞し、その意味を修行する」という動機のもとで聴聞していきましょう。

聴聞する法は何かというと、これから解説する『文殊静修ゾクチェン手引き—仏を手中に授ける—』です。『文殊静修ゾクチェン』の修行を行うためには、「修行道の次第に関する総説」と「修行道の要訣に関する別説」の2つの内容を心得ておく必要があります。

そのうち「修行道の次第に関する総説」については、私の著書『忠言の心のティクレ』（*snying gtam snying gi thig le*）に記しており、「修行道の要訣に関する別説」については手引きの『仏を手中に授ける』に記されています。これら2つのテキストのうち、前者は広大なパンディタ（*paṇḍita*）の説明手法、後者は深遠なるクサーリ（*kusāli*）の説明手法に基づいて記されています。

2つのうちどちらに従って修行するとしても、1人の人間が仏の境地に至るための錯誤なき道のりの全てが、いずれのテキストにも示されています。今回は手引きの『仏を手中に授ける』を解説しますが、最初に補足として『忠言の心のティクレ』の一部を説明しておく必要がありますので、内容を掻い摘んでお話ししていきます。

・少欲知足

清らかな法を修行するためには、まず少欲知足である必要があります。すなわち、他者が富や名声に恵まれているのを見た時に、それらを自分が得られたらどんなにいいだろうと考える心を根本から断ち切ることが少欲であり、知足とは、例えば自分の今ある飲食の良し悪しがどうであれ、これで十分だと満足し、欲望に駆られて飲食や財産のために過度な雑事に明け暮れないことです。このように少欲知足を備えていれば、今世の富や名声を過度に貪ることはありませんが、少欲知足を備えずに今世にとらわれてばかりいたら、清らかな法を修行する機会を失うことになります。なぜならば、どんなに欲望を満たしたとしても、それはただ次なる欲望を助長しているだけで、それによって欲望がなくなることはないからです。例えば、黄金を1斤得たら次は2斤欲しくなり、1つの場所の主となったら次は2つの場所の主になりたくなり、1つの国のトップに着いたら次は2つの国のトップに着きたくなるというように、欲望はいつになっても満たされることはありません。そのため、欲望そのものを減らすように努めていくべきです。

世間の雑事はどれだけ行ってもきりがないので、きっと一生かかっても完遂することはないでしょう。人は生涯をかけて、幸せになるために、富や名誉のために、毎日計り知れない労力を費やしますが、往々にして何も得られないまま終わりを迎えてしまいます。だからこそ、大きなことも小さなことも全て脇に置いて、永遠の幸せをかなえることに専念していくべきです。

世間の幸せ、財産、名声などについて考えてみると、例えば、夢の中で商売をしていたとして、儲けが出て喜んだとしても、損失を出して悲しんだとしても、それらはただの夢に過ぎず、実際には一度も商売をしていないのですから、損失や利益もなければ、得るものや失うものもありません。それと同じで今世の幸せ、財産、名声などの現象も、全て真実として存在しているわけではなく、夢の中の現象と何ら変わりがないのです。例えば、ここにお集まりの皆さんの各々の一生を振り返ってみると、生まれてから現在に至るまでの半生で、幸せをたくさん経験してきたという人も、苦しみをたくさん経験してきたという人

ハワイ

も、苦しみも幸せも交互に経験してきたという人もいるでしょうが、それらは全て昨夜見た夢と何ら違いはなく、今日心の中で思い出す以外に、それらの苦しみや幸せを再び体験することはありません。

もしかしたら、一部には「出来事は過ぎ去った現象であっても、今感じている苦しみや幸せは確かに存在している」と考える人もいるかもしれませんが、実はこれも夢の中の現象とよく似ています。夢の中で嬉しいことがあって喜んだとしても、辛いことがあって悲しんだとしても、翌朝目覚めた瞬間に全てはなくなっています。同様に、今の私たちが苦しんでいたとしても、幸せであったとしても、明日の夜明け頃には、全ての今はなくなっており、実体を伴っていない点では夢と同じなのです。同様に、明日や明後日に経験することも、明日の夢や明後日の夢と何ら違いはなく、永遠に続く堅固なものではありません。これらの幸せや苦しみの感覚は、最初から成立していない錯誤した現象なので、執着や貪りを起こすべき対象ではないのです。

ですから、誰であれ、清らかな法を修行したいと思ったその瞬間から、「寒さに凍えず、飢えに苦しまなければ十分だ」と考える知足の心を持つべきです。それ以上のものを求めてより多くのことに手をつけようとする、きつと清らかな法は成就できなくなるでしょう。食べ物や着る物に困らなければ、それで十分なのです。たとえ世界の王になったとしても、身の回りには衣食住以上のものを享受する必要がないため、それ以上の享受、名声、幸せ、財産を得たところで、あまり使い道はありません。

今世における世間の雑事に少しも執着せず、ただ一心に法を修行することだけを考えることができる人は、仏教徒の中でも上位の修行者です。そこまではできなくとも、今世の幸せや財産を求めると、正法の修行を同じくらい重視して実践できる人は中位の修行者です。そして、今世の幸せや財産に対する執着や貪りが強大であっても、法に対してわずかでも喜びを起こせる人は下位の修行者です。一方で、今世の幸せや財産ばかりを求め、法を修行したいと思う意欲を根本的に持たないような人は、いつになっても修行者になることはできませんし、永遠に仏教徒となれることもありません。皆さんも自分の心を観察してみて、今まで修行者ではなかった人は、これから下位の修行者になれる

よう、現在下位の修行者であれば、何としてでも中位の修行者になれるよう、すでに中位の修行者であれば、今世に対する執着を徹底的に断ち切った上位の修行者になれるよう精進してみてください。

・ラマへの師事

真の修行者となるためには、まずはできる限り少欲知足を心がけることがとても重要ですが、少欲知足という基礎を築き上げた上で、更にラマに師事する必要があります。どうしてラマに師事する必要があるのかというと、自分の中にある仏法にそぐわない過失を全てなくし、未だかつてない功德を新たに心の中に起こす必要があるからです。

では、どのようなラマに師事すべきかということ、仏教の専門用語では「法相を兼ね備えたラマ」と呼びますが、功德を豊富に兼ね備えた適格なラマに師事すべきです。ラマの功德としては、生きとし生けるもの全ての幸せを願う慈しみと、苦しみから離れることを願う憐れみ、つまり慈悲の心を兼ね備えていることを前提とした上で、仏教の教義を正しく解説できることが挙げられますが、そのような人こそが法相を兼ね備えたラマであり、そのようなラマにこそ師事すべきです。

弟子はどのようにラマに師事したらよいかということ、上位の者はラマを喜ばせるためにラマの説いた法を実践すること、中位の者はラマを喜ばせるためにできる限りを尽くしてラマにお仕えすること、下位の者はラマのお心を満たして恩返しをするために、自身の財産をラマに供養することです。これらは、3つの喜びによるラマへの師事の方法です。

続いて、ラマのもとで法を授かる必要がありますが、授かる法としては、できれば仏の教えと、インドに現れた「莊嚴なる 6 人と至高なる 2 人」(rgyan drug mchog gnyis) などが記した仏の教えの意趣を解説する論、それから有雪国チベットの修行伝承の八大車輪 (sgrub brgyud shing rta brgyad) などにおける智者や成就者たちが記した論が好ましいですが、これらは全てラマから授かっていく必要があります。

ハワイ

そして、ラマのもとで学ぶ際には、耳で聞くだけにとどめず、その語句と意味を全て心の中にとどめられるよう努めましょう。そこまで多くのことを知らなくても、少なくとも自分の修行すべき法についてはきちんと理解しておく必要があります。例えば、今回私たちが解説と聴聞を行う『文殊静修ゾクチェン』のような深遠な法では、まずは全ての内容をラマのもとで聴聞した上で、語句と意味に対する疑問を断ち切っていくことが必要となり、ただ自分で文章を読んで教義を推量するだけでは、法を根本から理解することはできません。

特に密法の場合は、教本をどれほど熟読しても、語句や要訣の裏に隠された秘密の意味は本に明記されていないため、必ず法相を兼ね備えたラマに師事する必要があります。

また法を説く方法は、聞き手の気質、機根、信心、意欲、煩惱などにより異なるため、聞き手に合った法の説き方を選べるようになる必要があります。全ての法を同じ方法で伝授するべきではありません。例えば、様々な病気を患っている人たち全員に同じ薬を与えても、病を治せないばかりか、むしろ害を与えかねないのと同じことです。今皆さんのお手元にあるテキストに記されている『仏を手中に授ける』は、誰が修行しても必ず大きな利益を得られるものですが、例えばチベット医学では、生薬となる訶梨勒果 (harītakī, a ru ra) は404種類もの病を治す力があるものの、処方薬を調合する時は訶梨勒果を主として、病状に応じたその他の薬を配合する必要があると言われているように、この『仏を手中に授ける』も訶梨勒果と同じでラマの要訣による彩りを加えながら弟子に伝授していくことが大切であり、1つの要訣だけで全ての人を成仏させることは極めて困難なことなのです。

……

不思議な力

お昼に法王が寺院の近くの芝生の上で周囲の景色を楽しんでいると、不思議なことに、茶髪で黄色い目をした北アメリカの観光客 30 人余りと、それとは別の方向から、金髪で青い目をした南アメリカの観光客 70 人余りが現れ、法王の穏やかで落ち着いた、神妙な面持ちを見るなり、法王のおそばに集まってきて恭しく腰を下ろしました。すると、法王は嬉しそうに「今日、北アメリカから来た茶髪の方々と、南アメリカから来た金髪の方々と、そしてアジアから来た黒髪の老人である私がこうして一堂に会したことは、とても縁起の良いことです」とおっしゃって、彼らに人生の価値に関する教えをお説きになられ、最終的に、その場にいた 100 名余りもの方々全員が仏門に帰依しました。

午後は、ハワイ南部のある町で火山が噴火したために恐怖と混乱に陥っていた一部の現地の人々が、法王のご加持を乞いに訪れました。法王は周囲の人々に「千年余り前に中央チベットのサムイエー寺 (bsam yas) の近くにあるヘポ・リ (has po ri) の丘で大きな火事が発生した時は、ナナム・ドルジェ・ドウジヨム (sna nam rdo rje bdud 'joms) が神変の力によって噴火を静めました。今の私も、たとえ名ばかりであれドルジェ・ドウジヨムの化身であると言われてるので、どうかこの火を静められますように」とおっしゃった後、金剛槨 (rdo rje phur pa) を取り出し、ある種の境地の中にとどまりながら、秘密真言を唱え始めました。聞くところによると、それから程なくして火山の噴火は止まったそうです。

翌日には、地質学者の方々がわざわざ法王に会いに来て、「チベット仏教の力とあなたのご加持の力は、本当に驚くべきものです」と驚嘆と感謝の気持ちを述べていました。私がラマ・ロサン・ドゥンデンに聞いた話によると、この出来事は現地の新聞にも掲載されたそうです。

内なる証悟の表れ

ある時、法王は私にこのようにおっしゃいました。「今回の欧米巡行は、今までとは少しわけが違います。今までチベット、インド、ネパール、ブータンなどの聖地へ行った時、私はよくテルマを取り出していました。中国の五台山へ行った時も、清浄顕現 (dag snang) や修行体験の中で得られる教え (nyams chos) が現れていました。しかし、欧米諸国の多くは数百年の歴史しかなく、仏やグル・リンポチェも今まで訪れたことがないので、発掘できるテルマもあまりないと思いますし、西洋の方々は論理的思考を重んじる傾向のある現実主義者の方が多く、現実離れた境地もあまり受け入れられないと思いますので、今回は灌頂と法話をメインに行っていきたいと思います。ですから、あなたも以前のように、常に録音や記録をとる準備をする必要はありません」。

法王のおっしゃった通り、その後の欧米巡行の期間中、法王は灌頂や法話を行う以外に、神通を示したり、地のテルマ (sa gter) や意趣のテルマ (dgongs gter) を発掘したりすることはなく、あくまでもチベット仏教の修行者でもある学者として西洋の方々と交流していました。

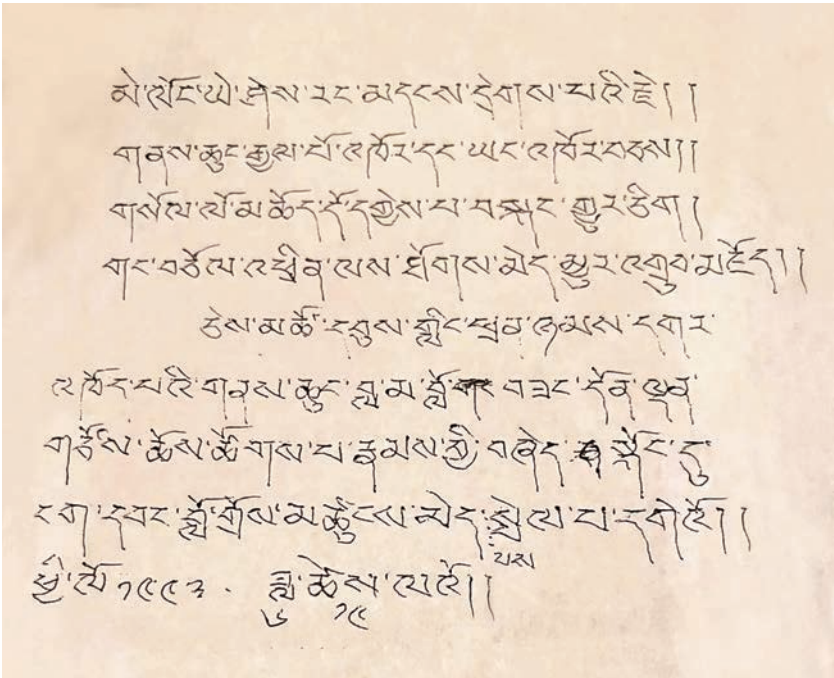
しかし、たとえ超現実的な振る舞いがなくても、大成就者たる者の深遠な願いの力によるものでしょうか。法王のお体を見たり、お言葉を聞いたりした方々の多くに大きな変化が見られ、法王は多くの西洋の人々から称賛を得ていました。私はその様子を見ていて、本当の境地を内に秘めた高僧大徳は、シン



プルな行いや普通の言葉でも人々の心を変えることができるのだとつくづく実感しましたし、それは私たちの想像をはるかに超えたもので、きっと法王の内なる証悟の表れなのだと思います。

護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンとの関係

ウッドバレー寺にいた時、寺院側からのご要望で、法王は護法神ネチュン・ドルジェ・タクデン (gnas chung rdo rje grags ldan) への簡略的な祈願文をお作りになられました。



当時私が手書きで記した護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンの祈願文

ハワイ

大円鏡智が自ら輝く高貴な君主、
ネチュンの王とその眷属もろともに
祈りと供養を捧げます。どうかお喜びいただけますように。
どうか託す事業を障害なく速やかに成就させてください。

美しい海の島にいるウッドバレー寺のラマ、ロサン・ドゥンデンをはじめとする法友の皆様のご要望に応じて、ンガワン・ロドゥ・ツンメが記しました。
吉祥あれ。1993年6月19日

これは当時私が文字に書き起こしたもので、ウッドバレー寺のご住職は私の拙筆を今でも護法殿に保管なされています。

6月20日の午前、法王はテルチェン・レーラプ・リンパがお作りになられた『縁起除障法』(rten 'brel nyes sel) の簡略的な灌頂を伝授され、正式な灌頂に入る前に、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンとご自身の関係について次のように言及されました。

ここで、テルチェン・レーラプ・リンパ、すなわちニャクラ・ソギャル (nyag bla bsod rgyal) の伝記の中に記されている、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンに関するお話を紹介したいと思います。

レーラプ・リンパは、有雪国チベットにおける金剛橛を持する真言持者 (sngags pa) の主であるドルジェ・ドゥジョムの体の化身にして、ダーキニーのヴァジュラヴァーラーヒー (vajravārāhī, rdo rje phag mo) の言葉の化身であり、勝利の王者ツォキェ・ドルジェ (mtsho skyes rdo rje, パドマサンバヴァ) の心の化身です。彼は世にも不可思議なテルトン (gter ston, 埋蔵経発掘者) で、空を鳥のように飛ぶことができ、水中を魚のように泳ぐことができ、岩壁を自由に通り抜けられ、人の心を無碍に読み取れる他心通と、有雪国チベットのあらゆる衰退をなくすことのできる優れた力を兼ね備えていて、特に勝者王13世トッテン・ギャムツォ (thub bstan rgya mtsho) にとっての共通しないラマでもありました。



ハワイのウッドバレー寺に祀られている護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンの像

ハワイ

彼は護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンと、まるで人と人が話をするかのように互いに会話することができ、互いに授記を授け合ったり、学処の取捨について教え合ったりするような仲で、彼らは非常に密接な関係性にありました。ここではその由縁について簡単にご紹介していきたいと思います。

数年前、私がインド北部のダサ（dhasa）へ行った時、ネチュン・ドルジェ・タクデンをその身に宿したある僧侶が私のところへ来ました。私がおの方に、テルチェン・レーラブ・リンパと護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンの、誓言に結ばれた密接な関係性についてお話しすると、その瞬間、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンは前世の記憶を鮮明に思い出し、目からは涙が止めどなくあふれ、体はぶるぶると震えていて、抑えきれない喜びに満ちているようでした。

護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンは、前世のレーラブ・リンパにとっても、現在の私にとっても、ずっと大きなご恩のある護法神です。かつて、レーラブ・リンパはニンマ派における老練の真言持者として知られ、カム地方ではとても慕われていましたが、中央チベットでは、あまり名の知れていない普通の年老いたラマでした。そんなある日、彼が中央チベットのラサの市場へ行くと、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンが突然カタを持って現れ、大勢の人々が見ている中でレーラブ・リンパに拝謁し、彼をグル・リンポチェとたたえてカタを捧げ、恭しく礼拝を行いました。その事をきっかけとして、レーラブ・リンパは中央チベットの人々からも広く敬われるようになりました。またそれ以降、ネチュン・ドルジェ・タクデンの仲介により、レーラブ・リンパは勝者王トプテン・ギャムツォともご縁を結ぶことができ、最終的に2人は師弟となりました。その後のレーラブ・リンパの広大な事業を発展させた先駆者も、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンです。

そして、私自身の場合も、ダサで『プルパ・グルクマ』（phur pa mgul khug ma）の灌頂を伝授していた時に、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンが突然姿を現し、私に恭しく礼拝をした後、仏像、経典、仏塔を捧げてくださり、過去の出来事や未来の予言などをお話しになられ、様々な賛美を述べてくださいました。私もその事がきっかけとなってそこに住むチベット人の方々が

ら慕っていただくようになり、温かく迎え入れていただきました。護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンは私にとって、いかなる事業であれ、逆境や障害に見舞われることなく広く栄えるよう支えてくださる大切な助手であり、今考えても私にとって大きなご恩のあるお方です。



私はチベットにいた時、心の中で「どうやらアメリカには護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンの道場があるようだ。そこへ行くことができれば、どんなに素晴らしいことだろう。しかし、当初のスケジュールには組み込まれていないので、今回は行けないかもしれない」と思っていたのですが、その後、太平洋に浮かぶハワイ島に護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンの道場があり、そこへ行くことが決まったと聞いたので、その時はとても嬉しい気持ちになりました。

総じて、護法神には智慧の護法神と世間の護法神の2種類があり、世間の護法神は私たち一般人のように業や煩惱を抱えています。護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンは、オギエン・リンポチェの大悲の力から現れた大王五身 (rgyal chen sku lnga) のうち事業を司る大王であり、智慧の護法神そのものです。そして、オギエン・リンポチェは、全ての護法神の中でも特にネチュン・

ハワイ

ドルジェ・タクデンを、チベットの仏法を守り、人々に安寧をもたらす主要な護法神として任命しました。ですから、どんな修行者であれ、ネチュン・ドルジェ・タクデンを頼り、救いを求めれば、不幸や危害は全てなくなるでしょう。

この場所では、皆さんのこの道場が仏教全体の中核を担っていますので、これからこの道場がより安定して、長く栄えていけるよう努めていくべきですし、特に、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンに対する供養や賛嘆などを行うことは、とても大切なことだと思います。

私はこのネチュン・ドルジェ・タクデンの道場へ来ることができてとても嬉しく思っています。今回の欧米巡行での1駅目に、ネチュン・ドルジェ・タクデンの道場で法話を行うことができたのは、とても素晴らしい縁起だと思いますので、きっとこれから自分がどんなことを行うにしても、障害や逆境に見舞われることなく順調なものごとが運んでいくと信じています。

それから、今後は皆さん一人ひとりが、オギエン・リンポチェに真摯に祈願を行い、オギエン・リンポチェの生成のプロセス (bskyed rim、生起次第) や完成のプロセス (rdzogs rim、究竟次第) などの修行を行うことに精進していくべきです。

それはどうしてかという、まず全体として、オギエン・リンポチェは諸仏の事業の執行人であるため、彼に祈りを捧げれば、他の仏へ祈りを捧げるよりも、大悲とご加持をより速く感じられます。そして特にこの場所では、ここにいる私たち全員にとっての帰依処もオギエン・リンポチェですし、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンにとっての究極の帰依処も、ラマ・オギエン・リンポチェに他なりません。ですから、護法神と私たち人間が想いをつなげて、唯一無二のラマであるオギエン・リンポチェに祈りを捧げれば、得られる悉地も一際優れたものとなるでしょう。また、私が先ほどお話ししたように、最初にネチュン・ドルジェ・タクデンをあらゆる護法神の至尊として据えた方もオギエン・リンポチェですし、ネチュン・ドルジェ・タクデンの供養儀軌の中にも、自分自身をオギエン・リンポチェとして観想するよう述べられている修行法がたくさんあります。以前インドへ行った時、ネチュン・ドルジェ・タクデンは私に、彼は過去から現在に至るまでに一度も誓言に背いたことがなく、今

後も背くことはないであろうというふうにおっしゃっていて、また私にオギエン・リンポチェの事業をはじめとする広大な教えを広く伝え広めるよう勧めていました。

これらのことについては現在、文字の資料にも記されていますので、ぜひご一読ください。

……

文殊菩薩のグルヨーガ

午後には、引き続き『文殊静修ゾクチェン手引き—仏を手中に授ける—』のグルヨーガ (guruyoga, bla ma'i rnal 'byor) から完成のプロセスまでの部分が解説され、その後のゾクチェンに関する部分は、口伝を読み唱えるのみにとどめられて詳しい解説は行われませんでした。

グルヨーガの解説が行われる際、法王は次のようなお話をされました。

一部には、ラマを実物の人として見ていて、触れているのも血肉からできたこの肉体であると考えている人もいれば、一部には、ラマを文殊菩薩そのものとして見ていて、触れているのも文殊菩薩のお体であると考えている人もいますが、実際には、この両者のうちどちらの方法に従ってラマを見る方が正しいかということ、文殊菩薩そのものとして見る方が正しいです。その理由としてお話していただくことはたくさんありますが、今日は時間の都合上詳しく説明する余裕はないと思いますので、簡単にご説明していきたいと思います。

ラマは本当に文殊菩薩そのものであるため、ラマを文殊菩薩として見るべき理由もそこにあります。ただ、その本体は根本ラマであると観想するべきです。それはどうしてかということ、現れと本体を両方文殊菩薩として観想するとなると、文殊菩薩は私たちにとって少し遠い存在であるからです。文殊菩薩は五台山の菩薩であり、かつて慈悲深い仏がインドにいらした時には、何度もインドを訪ねていましたが、私たちが今いるこの場所とは、あまり深い関わりがあるわけではありません。ですから、文殊菩薩に祈りを捧げても、そこまで大きな

ハワイ

ご加持を感じられないこともあるかもしれません。一方で、根本ラマは実際にこの場所を訪れていて、直接私たちに灌頂や法話を行ってくださっているため、その根本ラマに祈りを捧げれば、きっとご加持をより強く感じられるはずです。そのため、本体は根本ラマであると観想すべきです。

そして自分の心の連続体に、未だかつてないゾクチェンの境地を起こすための最も効果的な方法も、ラマに祈願を行うことですし、たとえすでにゾクチェンの境地が生じていたとしても、修行体験や証悟の境地を更に高め、一刻も早く仏の境地に至るという点においても、ラマに祈願を行うことより優れた方法はありません。そのため、ラマを観想し、ラマに祈願を行う必要があるのです。

観想方法としては、根本ラマを自分の前方の空中に観想し、心の中で「私は今後あなた以外の帰依処を探し求めません。ひいては夜の夢の中でさえも、あなただけに祈りを捧げます」と考えてラマに敬虔な信心を起こし、自分の体、享受、三世の善根を全てラマに捧げると考えながらマンダラの供養を行います。続いて、始まりのない時より、幾多もの生にわたって積んできた罪、障害、過ちの全てをラマの御前で発露して懺悔し、これからはたとえ命の危機に瀕しても二度と同じ過ちを犯さないと誓いを立てましょう。これは罪業を浄化するための対治です。そして「ラマよ、私はあなたにのみ祈りを捧げます。ラマよ、どうか私に灌頂を授け、要訣を説き、私の心の連続体を成熟させ、解脱させてください」と考え、更に「私が光り輝くゾクチェンの道を修行し、根本ラマであるあなたのようにになれるよう、ご加持ください」と考えながら、敬虔な気持ちで祈願を行っていきます。

次の祈願文は仏のお言葉であり、とても大きなご加持が込められていますので、読み唱える際には英語などへ翻訳した訳文ではなく、もともとの言葉で読み唱えていきましょう。祈願文は次のようになります。

童子のお体を持ち、智慧の灯明によって飾られていて、世間の愚痴の闇をはらう文殊に祈りを捧げます。

「童子のお体を持ち」とは、文殊菩薩のお姿が16歳のうら若き童子のお体であるという意味です。「智慧の灯明によって飾られている」とは、諸仏の一切智が本尊として現れた姿がすなわち文殊菩薩であるため、彼は諸仏の智慧の灯明によって飾られているということを表しています。「世間の愚痴の闇をはらう」とは、まるで灯明が現れた時に全ての暗闇がなくなっていくように、文殊菩薩の大悲は一切衆生の心の中にある無明や愚痴を全てなくすることができるということを表しています。このような守護者である文殊菩薩に、自分の心をご加持していただけるよう祈りを捧げます。このように観想しながら、この四句からなる祈願文を1,000回、1万回、10万回と読み唱えて一心に祈願を行っていきましょう。

最後には、ラマの額、喉、胸からそれぞれ白、赤、青の光が放たれ、それぞれ自分の額、喉、胸に溶け込むことで、自分の身口意の罪障が清められ、ラマの三身の功德を得ると考えます。そして、ラマも光となって自分に溶け込み、自分とラマが無二になった状態で、ゾクチェンの見解を保ちながら、一心に集中しつつもリラックスした状態で安住していきます。再び分別念が湧き起こってきたら、あらゆる現象と存在は全てラマのお体であり、あらゆる声と音は全てラマのお言葉であり、あらゆる思いと考えは全てラマの智慧であると考え、清浄顕現の境地の中で、全ての善根を無上なる菩提へ向けて廻向しましょう。

パドマサンバヴァのグルヨーガ

その後、法王はミパム・ギャムツォがお作りになられたパドマサンバヴァのグルヨーガを伝授なされました。

まず、自分の体を本尊として観想する必要はなく、今の自分をありのままに観想し、自然にします。そして、前方の少し上の空間に、パドマサンバヴァがお生まれになられた場所である、八支分の功德を兼ね備えたウッディヤーナの汚れなきダナコーシャの湖を観想します。その湖の中心には、千の花弁を持つ蓮華があり、蓮華の中央にある月輪座の上には、パドマサンバヴァがお座りになられています。彼は白色の中に赤色が透き通っているような鮮やかなお姿で、右手で金剛杵を、左手でカパーラ (kapāla, thod zhal) と瓶を持ち、体は絹織物や宝飾品などの報身の装束で飾られていて、右手で曲刀を、左手でカパーラを持つ仏母ツォギャル・カルモ (mtsho rgyal dkar mo、「白きイエシェ・ツォギャル」の意) を体に抱き、自生のタントラ部のマンダラの聖者たちに囲まれています。このように、鮮明にはっきりと観想してください。

続いて、パドマサンバヴァの御前で「私が上へ向かおうと下へ向かおうと、私の身にいかなる苦楽や禍福がもたらされようと、その全てをお知りになるパドマサンバヴァよ、どうか私をお見守りください。どうか私をご加持ください」と、強い信心と敬いを抱きながら誠心誠意祈願を行います。そして、体では恭しく合掌し、言葉では恭しく祈りを述べ、心の中では恭しくパドマサンバヴァの功德を思いながら、礼拝を行きましょう。

そして、自分の一番執着している体、享受、三世にわたって集積した全ての善根、その他の意に沿うものの全てを心によって捉え、パドマサンバヴァに捧げる気持ちで供養を行います。

そして、自分が始まりのない時から現在に至るまで、貪り、怒り、愚かさなどの煩惱に駆られて為してしまった罪と不善を全てパドマサンバヴァの御前で発露して懺悔します。今までの罪を悔やむとともに、これからはたとえ命の危

機に瀕しても二度と同じ過ちは犯さないことを誓い、自分の罪と過ちが清められるようパドマサンバヴァに祈りながら懺悔を行いましょう。

そして、他者の為した善に関しては、相手の優劣にかかわらず、いかなる者が為した善であろうと、その全てに対して嫉妬したり不快に思ったりせずに、随喜していきます。本心から随喜することができれば、自分もそれと同等かそれ以上の善根を得られるため、上中下のあらゆる他者が為した全ての善に対して、心からの喜びをもって随喜しましょう。

続いては、本来パドマサンバヴァの金剛のお身体は、虚空がなくならない限り不生不滅であるため、あえて世にとどまられることを祈る必要はありませんが、それでも彼の化身は衆生それぞれの意欲に応じて異なる変化を現すため、長らくご在世されるよう祈りを捧げましょう。



左からケンポ・ナムドル、ングートゥブ・ドルジェ、サンギエ・カンド

次に、パドマサンバヴァの化身が、輪廻が空になるその時までずっと一切衆生に法輪を転じてくださるよう勧請します。

ハワイ

更に、自分が積んできた善の全てを、パドマサンバヴァの境地を得るために廻向していきます。

そして、パドマサンバヴァによって自分の身口意における罪、障害、過ちが全て浄化され、パドマサンバヴァの身口意の功德が全て自分の心の連続体に溶け込み、自分が広大な弘法利生の事業を成し遂げることができるようご加持を請い、祈りを捧げていきます。

最後には、このような祈願を行ったことによって、パドマサンバヴァの胸から、まるで蜘蛛の糸が伸びるかのように5色の光が放たれ、それが自分の心の中に溶け込むことで、自分がパドマサンバヴァの身口意の全ての功德を得るのだと考えながら『七句祈願文』(tshig bdun gsol 'debs) とパドマサンバヴァのマントラをできる限りたくさん唱えていきましょう。

『七句祈願文』の意味は、説明しようと思えば仏の教えの全てをその中に要約して説明することができ、全知ミパム・ギャムツォは『七句祈願文注釈』(tshig bdun gsol 'debs kyi rnam bshad) の中で詳しく解説していますが、今回は、語義の詳しい解説は行いません。

要約すれば、『七句祈願文』は他のいかなる法とも異なる大きなご加持を備えた法であるため、今回は皆さんにその口伝を読み唱えていきたいと思えます。

フーム、オギエン・ユルキ・ヌブチャン・ツァム

フーム、ウッディヤーナの西北の区域、

ペマ・ケサル・ドンポ・ラ

蓮華の花の茎の上で、

ヤツェン・チョッキ・ングートゥブ・ニェ

類いまれなる素晴らしい成就を遂げた

ペマ・ジュンネ・シェス・タク

ペマ・ジュンネと呼ばれる者、

コルドゥ・カンド・マンブー・コル
眷属である数多のカンドに囲まれた

キューキ・ジェス・ダッドゥブ・キ
あなたの後にならって修行することで

チンキ・ロプチル・シェス・ソル
私をご加持を賜ることができるよう、ご降臨ください。

グル・パドマ・シッディ・フーム
グル・パドマ・シッディ・フーム

オーン・アーハ・フーム・ヴァジュラ・グル・パドマ・シッディ・フーム
(om āḥ hūṃ vajra guru padma siddhi hūṃ)

普段読み唱える際には、パドマサンバヴァのマントラと『七句祈願文』をできる限りたくさん唱えた後、ラマの額、喉、胸から放たれた白、赤、青の光が、自分の額、喉、胸に溶け込む力によって、ラマの身口意の全てのご加持が自分の心の連続体に溶け込んでいくと観想します。最後にはラマも光と化し、中心が「フーム」(ॐ、hūṃ)の文字によって飾られていて白色の中に赤色が透けているような丸い光の点となり、その光の点が自分の心の中に溶け込んでいくことで、ラマの智慧と自分の心が不可分一体となります。雑念を取り払い、自分とパドマサンバヴァのお心が完全に不可分一体となった境地にとどまりながら、一心に集中して「ア、アーハ」(ཨཱཿ, a āḥ)と唱えていきます。

その後、法王は『七句祈願文における召喚とグルヨーガに関連する簡略的なツォの儀軌』(tshig bdun spyan 'dren bla ma'i rnal 'byor dang 'brel ba'i tshogs mchod bsdus pa)を伝授なさる際に、次のようにお話しになりました。

何か食べ物や飲み物があれば、三宝の所依の前にお供えしてもいいですし、単独で別の場所にお供えしても構いませんので、簡略的なツォの儀軌を読み唱

ハワイ

えながら、それらをグル・リンポチェと持明者のダーキニーたちに捧げていきます。彼らが享受した後に残った食べ物は、悉地を受け取るつもりで、ご自分で召し上がってください。そうすれば、資糧を難なく速やかに集積することができます。できれば普段からこのツォの儀軌をよく読み唱えるようにしましょう。

読誦の方法としては、私がお話したように読み唱えていただいても構いませんし、ミパム・ギャムツォがお作りになられた簡略的な儀軌に従って読み唱えていただいても構いませんので、ご都合のよい方法で読み唱えてください。

そして、食べ物をいただく時には、ツォの儀軌である「フーム (འུམ་, hūṃ)、アー (ཨ་, ā) により法界と等しきカパーラに、オーン (ཨོཾ་, om) により現象と存在の好ましい対象 ('dod yon) を集めて並べ、フーム (འུམ་, hūṃ) により大衆と智慧の遊舞にし、フリーヒ (ཧྱེ་, hrīḥ) により三根本尊たちを喜ばせ、満足させる」を読み唱えることによって、食べ物をいただくという行為も善行となります。本来、食事という行為は善行でも何でもありませんが、このツォの儀軌を読み唱えてパドマサンバヴァに供養を捧げれば、食事という行為によっても広大な資糧を積むことができるようになりますので、ぜひ普段からよくこのツォの儀軌を読み唱えてください。

法王の後を追いかける虹

ウッドバレー寺の付近の島と太平洋が交差している海域には活発な火山があり、それはハワイ火山国立公園（Hawaii Volcanoes National Park）にありました。その日の午後、法王が公園を訪れる道中でいくつか山谷を通った時に、現地の人々がそこでは数十年前からすでに噴火が起こっていると教えてくれて、私たちに溶岩が流れて固まった重々しい跡地を見せてくれました。



公園に到着した私たちは観光センターに行き、ハワイで起こったいくつかの火山噴火のドキュメンタリーを鑑賞し、関連する説明と歴史について話を伺いました。

ハワイ

その後は車で海辺へ行きました。私たちにとっては初めて間近で見果てしない太平洋で、海辺からは遠くの海に溶岩が流れ込んでいる様子が見え、その辺りではむくむくと煙が立ち上っていて海水が沸騰しているように見えました。聞くところによると、そのような高温の水の中にも魚類が住んでいるとのことで、法王も「衆生の業の力は本当に不可思議なものですね」と驚嘆されていました。



帰りの道中では不思議な出来事が起こりました。車でどこに移動しても、法王のすぐ後を虹がずっとついて来たのです。ハワイは虹の島と言われるくらいですので、虹が現れること自体はそれほど珍しいことではないのですが、その虹は普通の虹とは少し異なり、帰路の道中で長い間ずっと法王の後を追いかけて来ました。法王が途中で車を止め、その虹を背景に写真を撮ってからしばらくすると、その虹はゆっくりと空に消えていきました。法王は静かに何かを唱えていましたが、もしかしたら、火山の女神ペレと何か関係があったのかもしれない。





ハワイ

ハワイに残されたブーツ

欧米訪問にあたり、法王の衣服に関しては薄手の服を何着か持ってきていたのですが、靴はお履きになっている厚手のブーツのみでした。熱帯の島であるハワイでは、厚手のブーツは暑くて不便に違いないと思った私は、折を見てウッドバレー寺の方に案内してもらい、近くにあるヒロのショッピングモールに行くことにしました。

そこで私は、アメリカのショッピングモールでは、売り場ごとにお会計をするのではなく、いろいろな売り場で自由に商品を選んで、最後にまとめてお会計をするということを知り、初めての体験にとっても驚いたことを覚えています。

しばらくいろいろな売り場で商品を見て回ったのち、私は質の良いサンダルを1足だけ買うことに決めました。価格は70ドル余りで、当時の人民元に換算すると800元ほどだったと思います。高価な買い物ではありましたが、法王の足のサイズはとて大きくかったので、中国国内の一番大きいサイズの靴でも足に合わないことが多く、少し値が張っても、法王の足に合う靴がアメリカで手に入るのであればと、思い切って買うことにしたのです。

寺院に戻り、法王にサンダルを履いていただいたところ、サイズもぴったり合い、履き心地も良いようでした。その後の欧米訪問の期間中とチベットに帰ってからしばらくの間、法王はこのサンダルを好まれてよくお履きになっていましたが、サンダルは最後まで壊れることはありませんでした。



法王のサンダル



法王がハワイに残していったブーツ

法王がもともとお履きになっていた厚手のブーツはハワイのウッドバレー寺に残してきたのですが、当時住職だったラマはそのブーツを宝物として大切に扱い、黄色い布で包んで鍵をかけたタンスの中で保管し、滅多に他の者に見せることはなかったそうです。

その後、ブーツはハワイで 30 年ほど保管されていましたが、ある時、私が他の方に買い取りの交渉をお願いし、何回かの交渉の結果、同意を得て譲っていただきました。

2017 年に、ハワイの学校や寺院から招待を受けて現地では法話を行うことになったので、その際に再びウッドバレー寺を訪問する予定だったのですが、諸事情で出国できなくなり再訪は実現しませんでした。

再び、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンについての言及

6月21日の午前、法王は『プルバ・グルククマ』の灌頂を伝授される前に、再び護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンとご自身の関係性について、次のように言及されました。

かつて、オギエン・リンポチェはチベットへ来て、まるで太陽が大地を照らすかのように仏教を伝え広めました。彼はチベットへ来て法を伝え始める前に、逆境や障害が全てなくなり、順境が意のままに成就するように、この金剛槨の修行法を小さな袋に入れて首から下げていました。これは他の誰にも伝授されることのない特別な要訣であり、その名を『プルバ・グルククマ』（「首の袋の金剛槨」の意）と言います。

一般的に、法がどれほど深遠なものでも、良い縁起を兼ね備えていなければ、大きな利益を衆生にもたらすことはできませんし、法がそこまで深遠なものでもなくとも、良い縁起を兼ね備えていれば、衆生に広大な利益をもたらすことができます。これは法の普遍的な法則であり、その点、この法は外、内、秘密の良い縁起を全てほどよく兼ね備えていますし、悪い縁起は少しも現れたことがありません。

この法の法主は、テンギャム・リンポチェ（*bstan rgyam rin poche*、第14世ギャルワ・リンポチェであるテンジン・ギャムツォ・リンポチェを指す）と、あらゆる護法神の首であるネチュン・ドルジェ・タクデンのお二方であり、この法はすでにお二方にもお伝えしています。まず、テンギャム・リンポチェへはどのようにしてお伝えしたかという点、私がテンギャム・リンポチェに「このような法があるので、ぜひ修行してください」とお願いしたわけではなく、テンギャム・リンポチェが自ら「あなたがこのような金剛槨（*phur pa*）の法をお持ちなのであれば、どうかまず私にその灌頂、手引き、要訣を伝授していただけないでしょうか」とおっしゃったので、私は彼にマンダラ供養の方法で、灌頂、手引き、要訣を伝授しました。それだけでなく、リンポチェは大変嬉しそうに相承系譜の祈願文をお作りになり、その中では私の異なる前世につ

いても触れられていました。また、私の心の中に、この法に対する火の供養 (me mchod) の儀軌が浮かび上がって来た時には、彼がそれを直々に手書きで文字に書き起こしてくれました。テンギヤム・リンポチェは世界平和を提唱する偉大な導師であるため、彼が直々に書き起こしてくださるなんてとても信じられないことでしたが、このような行いもきっと彼のかつての願いと縁起の力によって後押しされたものなのでしょう。



一方、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンへはどのようにしてこの法をお伝えしたかという、彼がご降臨して自ら直接この法の灌頂を授かりました。一般的には、彼のような憤怒の神がご降臨される際には、灌頂や法を授かる時間はありませんが、この法の灌頂を伝授する時、彼は終始敬虔な信心を抱きながら、恭しい態度で聴聞していました。また法を聴聞する際、彼は私に仏像、經典、仏塔を供養してくださり、「この法

によって衆生に広大な利益をもたらしてください。そして、降伏業 (smad las) か誅業 (bsgral las) の儀軌をお作りください」と勧請されました。当時、私はちょうどネチュン・ドルジェ・タクデンへの御礼を行っている最中で、彼は私の望む事業を意のままに成就してくださったので、その感謝を込めて、私はダサで護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンへの祈願文を作りました。

また、今回ここへ来てからも、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンと弟子の皆さんからのご要望で、彼へ向けた四句偈の祈願文を作りました。この2つの祈願文を普段からよく読み唱えることができれば、きっと護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンは、他とは異なる大きなお力添えをくださり、特別な庇護を与えてくださることでしょう。

ハワイ

この護法神と私の関係性は、新たに築かれたものではなく、多くの生にわたって築かれてきたものです。テルチェン・レーラブ・リンパはかつて、ネチュン・ドルジェ・タクデンに法を説き、灌頂を受けるなどして多くの教えを伝授しており、ネチュン・ドルジェ・タクデンも、テルチェン・レーラブ・リンパに授記を授けたり、テルマのある場所を示して道案内をしたりすることもあれば、時には勝者王 13 世トゥプテン・ギャムツォとテルチェン・レーラブ・リンパの間の橋渡しとなって言伝を運ぶこともありました。

また、昨日お話ししたように、私がダサへ行った時には、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンをその身に宿した者が私のところへ来て、私が彼に前世のことを手短にお話しすると、彼はまるで父と子が再会したかのように喜びと信心を堪えきれない様子で目から涙を流していて、その表情には比類のない敬いと信心が表れていました。

翌日、私がネチュン寺 (Nechung Monastery) に行くと、僧侶の方々は「あなたは今日、護法神の召喚を行いますか？」とおっしゃったのですが、その時私は心の中で「もし護法神が政治に関わることを予言してしまったら、私が帰国する際にトラブルが発生して厄介なことになってしまうかもしれない」と思ったので、「護法神の召喚は行いません」と答えました。それでもネチュン寺の僧侶の方々は「たとえあなたが護法神を召喚しなかったとしても、護法神のあなたに対する敬虔な信心や喜びの面持ちを見るに、きっと護法神は自らご降臨して下さると思います」とおっしゃい、全ての神服 (Iha chas) をご用意されました。

そして、翌日に灌頂の伝授を行っている時、本当に護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンがご降臨なされ、寺院の僧侶の方々は護法神がご降臨なされてすぐに神服をお召しになっていただきました。そして、護法神は私に敬いと信心をお示しになり、仏像、経典、仏塔を供養して下さり、私の考えを汲み取って政治に関することには一切触れず、ただ「仏の教えが栄え、衆生が幸せになりますように」、「テンギャム・リンボチェが長らくご在世なされ、事業が広く栄えますように」といったことをおっしゃっていました。その内容は皆さんのお手元の資料にもある通りです。

他にもたくさんの素晴らしい縁起がありましたが、それらを全てお話するにはとても長い時間が必要になるため、ここでは割愛させていただきます。ここでは簡単に、この法が法主であるテンギャム・リンポチェと護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンへ伝わった過程での、素晴らしい縁起についてお話ししました。このような由縁により、この法には他のどの法とも異なる大きな加持がありますし、オギエン・リンポチェがチベットでたくさんの法を説き始める前に最初に説いた母なる法が、まさにこの『プルバ・グルククマ』です。誰であれ、この法を修行すればきっと吉祥がもたらされ、望まないものがなくなり、あらゆる願いが意のままにかなうでしょう。

それではこれから皆さんにこの『プルバ・グルククマ』の灌頂を伝授していきたいと思えます。



提供：Joshua Mulder



提供：左上と下の写真／Joshua Mulder

その日の午後、法王はプナルウ・ブラック・サンド・ビーチ・パーク (Punalu'u Black Sand Beach Park) に出かけました。その地表は、噴火した火山の溶岩が流れてきて海水と混ざり、温度が下がって自然に風化した後、絶えず塩水に打たれることで形成されているようでした。その砂浜は現地でもとても有名なようで、近くにある美しい公園はたくさんの観光客で賑わい、とても心地よい環境が広がっていて、法王はそこで美しい景色を楽しみつつ、しばらくの間リラックスした時間を過ごしました。この時点で、法王はハワイでの法話のスケジュールを全て終えられていました。



不思議な国

ハワイに来て私が一番衝撃を感じたことは、欧米諸国の科学技術と経済でした。例えば、私たちの住む家のドアにはセンサーライトが付いていたのですが、人が来ると自動で点灯し、人が去ると自動で消灯するだけでなく、咳をするだけでライトが点灯するなど、それまで普通の電球しか見たことのなかった当時の私にとってはとても新鮮なものに映り、本当は裏で誰かが操作しているのではないかとさえ思ったほどでした。その後、いろいろな人に仕組みを尋ねたのですが、人々は使い方を知っていても、その原理や技術的なことについてはほとんど知らないようでした。

それから、法話に参加した皆さんが携帯電話を手に持って、小さな車を運転していることにも大変驚きました。当時のチベットでは、収入が1万円を超えるような「万元戸」と呼ばれる富裕層でさえ、せいぜい自転車を所有しているくらいで、バイクを所有している人さ



えほとんど見かけませんでした。政府の重役は車に乗っていましたが、専属の運転手付きの公務用の車でしたので、個人で車を所有し、更に自分で運転までしているということが、私にはとても信じられませんでした。

ハワイに着いた頃は、いろいろな目新しい物事に触れて忘れられない体験ばかりだったのですが、慣れてくると次第に何も感じなくなっていました。法王はこれらの事についてはあまり気にされていなかったようで、常に衆生の煩惱をいかに断つか、衆生をいかに解脱に導くかについて関心を寄せていたように思います。

法螺貝の中に隠されたご加持

私は当時法王にお会いしていた、グレッグ・ハーブスト（Greg Herbst）というアメリカ人にインタビューを行いました。彼は法王に大きな信心を抱いているとても敬虔な弟子でもある方です。インタビューで彼は当時を次のように振り返りました。

法王が私たちのところへいらした時、私はハワイ火山国立公園で働いていました。ウッドバレー寺のラマ・ロサン・ドウンデンは私の先生です。当時の私は仏教の勉強をしながら、ハワイで行われていた多くの宗教儀式にもよく参加していました。



現在のグレッグ・ハーブストと
横に置かれた法螺貝

ハワイで行われていた宗教儀式でもよく法螺貝が使用されていたこともあり、法螺貝を吹くのが得意だった私は、法王が法話を行われる前に、チベット仏教の伝統にならって法螺貝を吹くことになりました。法王が法話を行っている間は、その法螺貝を法座の近くに置いていました。ハワイの人々の言い伝えでは、そのようにすることで、法王のお声を通じて良いエネルギーを法螺貝の中に入れていけると言われていたから

です。仏教の観点から見てもご加持を得られる行為だと思えます。

ハワイ滞在中に法王が国立公園を訪れた時、私はそこで働いていたので、法王を管理者の職務室に案内しました。そこにはハワイの人々から医療効果があると言われている石が1つ置かれていたのですが、法王はその石にご興味を持たれたようで、笑いながら職員に「私の体を治療することはできますか？」と

ハワイ

尋ねられていました。この時に、私は法王がお体に何らかの不調を抱えられているのかもしれないと思いました。

その後、私たちは火山の噴火口を見学し、そこで虹を背景にした写真を1枚撮りました。それから車で浜辺へ行って海岸線を走り、溶岩が海に流れて煙がもくもくと立ちのぼる様子を見た法王御一行は驚嘆されていました。この写真はそこで撮ったもので、法王は私とミゲルの間に座っておられます。



左からグレッグ、法王、ミゲル

あれから何十年も経っていますが、法王の訪問はまだ私の心に印象深く残っています。その理由の1つとして法王の直接的なご加持の力があると思いますし、またもう1つとしてこの法螺貝の中に法王の声が記録されているからかもしれないとも思います。きっとご覧になりたいでしょうから、今日ここに持ってきたのです。吹いてみましょうか？

ドゥー、ドゥー（法螺貝の音色）

私が今でも感動してやまないことは、法王のように偉大な大徳が、苦勞を厭わず、遠く離れたチベットから遠路はるばる私たちの小さなお寺へいらして、私たちのことを気にかけてくださったことです。今でも、本当に信じられないような出来事です。





提供：Glenn Asakawa / University of Colorado

BOULDER, USA

2 駅目

6 月 22～29 日

アメリカ

ボルダー

スケジュール

SCHEDULE

- 6月22日 ボルダー（アメリカ・コロラド州）に到着
- 6月23日 カルマゾン瞑想センターで「仏教の慈悲観」を講演
- 6月24日 コロラド大学病院で身体検査を受診
- 6月25日 ローン・ホーク・ファームで
「密教の心の本性を指し示す要訣」を講演
- 6月26日 マイル・ハイ教会で「ミラレパの修行次第」を講演
- 6月27日 カルマゾン瞑想センターで「シャンバラのお話」を講演
- 6月28日 道場の責任者や現地の仏教徒の方々と面会し、
法話と加持を行う
- 6月29日 お別れのご挨拶

ボルダー

ボルダーに到着

ハワイでの全てのスケジュールを終えた私たちの次の目的地は、金剛界 (Vajradhatu、「ヴァジュラダートゥ」とも呼ばれる) という道場があるボルダーです。

6月21日の午後、私たちはハワイ州のヒロにある空港から1時間ほど飛行機に乗ってホノルル空港に移動し、ホノルル空港から飛行機を乗り継いでサンフランシスコへと向かいました。夜通しで5時間ほど飛行してサンフランシスコ空港に着いたのは、ちょうど夜が明け始めた頃でした。

6月22日、空港に到着した私たちは少し休憩を取った後、再び飛行機に乗ってコロラド州のデンバーへと向かいました。約2時間半後に飛行機は白い雲に覆われた山々の上空からゆっくりと降下し、デンバーのステープルトン空港に到着しました。

今回の移動の最終目的地であるボルダーへは、空港から更に1時間ほど車を走らせる必要がありました。



サンフランシスコ空港にいらっしやる
法王御一行



デンバーの街並み

ボルダーはロッキーマウンテンの麓にある小さな街で、閑静でありながらも活気に満ちあふれており、街全体がまるで大きな公園のようでした。空港からボルダーまでの道中は、平原から山の中へ入っていくかのような光景で、私たちを乗せた車は、山の坂道を1つまた1つと越え、空



ステープルトン空港（1995年に閉鎖）

高くそびえる大樹の下を通り抜け、特徴的な外観をした別荘が立ち並んだ街道を進んだ先の12番通り891番に建つマルパ・ハウス（Marpa House）の前で停車しました。この金剛界の所在地であるマルパ・ハウスは、各地から多くの大徳たちが招かれて法話を行う素晴らしい場所で、仕事を辞めて長年住み慣れた街を離れ、長期滞在しているたくさんの修行者たちが、少欲知足の簡素な生活を送りながら修行に専念していました。

ボルダー



マルパ・ハウス

金剛界はチューギャム・トゥンパ・リンポチェ（chos rgyam drung pa rin po che）によって創設され、当時の欧米諸国で広く支持されるとともに、多くの西洋人が加入していました。アメリカやヨーロッパなどに 100 所余りの支部を持ち、修行を行うための瞑想センターも数多く有するアメリカ最大の仏教道場です。

金剛界は、法王が今回の欧米巡行を行うきっかけとなった主要な招聘元でもあります。彼らは強い外交力によって中米両国の大使館や関連部署に話を通すなどしてくださり、私たちは出国にあたり多大なるお力添えをいただいたばかりでなく、訪問中も様々な面で多くのご支援をいただきました。法王は今回ボルダーに 6 日間滞在し、滞在中にいくつかの異なる施設で法話をされる予定です。

仏教の慈悲観

6月23日、法王はカルマゾン瞑想センター（Karma Dzong Meditation Center）を訪問しました。瞑想センターでは特別に盛大な法会が催され、各国の大徳や僧侶、仏教徒、非仏教徒を問わず多くの方々がお集まりになり、法王は美しいホールに高々と設けられた法座にお座りになっていました。法王のご紹介もかねた開会のスピーチでは、主催者の方が次のように述べられました。

法王は、現在のチベットにおける比類なき偉大な学者にして大成就者であり、四大学派における顕密の教えの全てに精通している、諸仏を一身に集めたようなお方です。私たちが信心を抱きながら法王のお言葉を耳にし、法王のお顔を見ることができただけでも、三悪趣の門は閉ざされることでしょう。今回このような素晴らしい機会に巡り合えたことは、きっと私たちが多くの前世での生において積み重ねてきた福德によるものに違いありません。

その後、法王は会場にお集まりになられた方々の機根に応じて、このような教えをお説きになられました。

大悲によって争いを備える濁世を捉えた後、500の大願を起こし、白蓮華のようであるとたたえられ、その名を聞くだけで不退転となる、慈悲深き導師に礼拝いたします。

私が今回の始まりをこの礼賛で飾ることにしたのは、私がどのような思いと行いをもって法話を行うのかを表すために、私の本尊に礼拝を行いたかったからです。

今回、私が皆さんにお話しするのは仏法の真髄とも言える広大な慈悲観についてですが、これはキリスト教などの宗教の思想とも矛盾しないものであると考えています。



私がこのような内容についてお話ししようと決めたことには明確な理由があります。私はチベットにいた時から、チベットの四大学派とその中に含まれるたくさんの小さな学派はいずれも互いに矛盾しないものである、という見解を確立していました。もちろん、私はそれらの教えを明らかにする大徳たちの全員に、それらの意趣が同じであることを確立していく責任があると考えていますが、私と他の方々とで異なる点があるとすれば、それは私が更に特殊な部分を担っている点でしょう。私はこれまでもチベット仏教における各学派が互いに矛盾していないことや、大徳たちのお心はいつも1つであることを、努めて呼びかけるようにしてきました。ありがたいことに、それは功を成して良い実を結び、他の大徳たちからもお褒めの言葉を頂くこととなりました。ですから、今回の欧米諸国の巡行でも、世界で最も広く信仰されている四大宗教をはじめ

とする多くの宗教がいずれも同じ意趣のもとにある、ということをお伝えしていきたいと思っています。

宗教全体を考えた時、人々に危害を加えないという前提のもとに、人々にできる限りの利益がもたらされることを目指している点は多くの宗教で共通する志だと思えます。特に四大宗教をはじめとする全ての宗教の信仰者が、思想や行動において調和を保つことができれば、きっと世界平和という壮大な目標も実現できると思えますし、そうなれば、世界中に幸せと安寧がもたらされるはずです。ですから私たちは、あらゆる宗教は全て同じ理念に基づいている、ということを理解していく必要があります。

ではここからは、仏教の視点でお話することにしましょう。

仏のお説きになられた教えをどのように実践していくべきかというと、私は「諸々の悪をなさず、全ての善を行いましょう」とおっしゃっていて、「善を行い、悪を断つ」ということの中に、仏の教えの全てが要約されています。悪とは自他に危害を及ぼす考えや行いのことを言い、それを根本から断ち切ることができなければ、苦しみは絶えず増長していきます。善とは自他の心と体に利益をもたらすものことで、できる限り行っていくべき行為です。「善を行い、悪を断つ」という円満な行為と円満な思想に、仏法の全てが要約されています。

・仏教の円満な行為

いわゆる円満な行為は、主に六波羅蜜の中に含まれます。

1. 布施

布施とは、生きとし生けるもの全てを利するために、自分の体、享受、三世の善根などを施すことです。

体、享受、善根の全てを同時にお布施することは、おそらく今すぐには誰にもできないでしょう。だからこそ、仏の教えの中でも順次に学ぶべきであると説かれているように、自分の力量に応じて、段階的にお布施していく必要があ

ポルダー

るのです。『入菩薩行論』の中で「野菜などをお布施することから始めて、これに慣れてきたら、徐々に自分の体をお布施することができるようになる」と説かれているように、最初は野菜などのように廉価でささやかなものから他者へのお布施を始めて、少しずつお布施をするものを高価なものに引き上げていくことで、いずれは衣服や物品など自分が大切にしているものをお布施できるようになり、最終的には自分の妻子に対する執着をも断ち切ることができるようになります。

このようにして布施を行うことはとても大切なことです。仏も「他者に与えてしまったら、自分は何を使えばよいのか」と自分の利益を考えることは、餓鬼の考え方に基づく低劣な行いであり、「私が使ってしまったら、衆生には何を与えればよいのか」と衆生の利益を考えることは、天人の考え方に基づく高潔な行いであるとおっしゃっていますし、『入菩薩行論』の中でも「与えてしまったら何を使えばよいのかと自利を考えることは、悪魔の考え方である。使ってしまったら何を与えればよいのかと利他を考えることは、神の考え方である」と説かれています。良い考え方を学び取り、悪い考え方を手放してから、一切衆生の今世と来世の幸福のためにお布施をして廻向していきましょう。修行を続けていけば、いつかきっと聖者の境地に至ることができます。そして聖者の境地を得た時には、自分の体もまた野菜などと同じように些細なものであることを真に理解できるようになるため、自分の頭や四肢であっても、利他のためにお布施できるようになるでしょう。

2. 持戒

仏教の戒律には「声聞戒」、「菩薩戒」、「密教戒」の3種類があります。声聞戒では、殺生など、他者に危害を及ぼすことを根本から断つことが要求されます。菩薩戒では、他者に対してできる限り、直接的あるいは間接的に利益をもたらすための行為を施し、危害から守っていくことが求められます。これらを修習していけば、いつか必ず、神通や禪定における自在を得て日々無数億の衆生に利益をもたらすことができるようになる時が訪れますが、それがすなわち広大な利他を速やかに成就する密教戒です。

3. 忍辱

仏が「自らの心を浄めること」とおっしゃったように、他者の心を乱すことなく、同時に自らの心もできる限り守ることは最も根本的なことです。他者を害するような言動を取ることをないよう意識し、他者の心を乱さないよう行動しながら自らの心も観察して、他者に対する怒りなどの悪の心を断ち切っていきます。

4. 精進

精進とは、善に喜び善を好むことであり、それはすなわち、無害で寂靜なる行いを好むということです。

では、どのようにして寂靜なる行いに精進するかというと、憐れみと慈しみの2つを修習していく必要があります。憐れみとは、体に病を患っていたり、心の中に望まない苦しみを抱えていたりする者たちが、全ての苦しみから離れられたらどんなに良いだろうと考える善の心のことです。慈しみとは、全ての人々が幸せになれたらどんなに良いだろうと考えることで、例えば一時的な幸福である長寿、無病、享受、名声などを、全ての人々が得られたらどんなに良いだろうと考える善の心のことです。そして、これらの修行の最終的な目標は死後すぐに西方極樂浄土に往生することで、この極樂浄土の幸せは、この世のいかなる幸せにも例えることのできない不可思議なものですので、「全ての衆生が極樂浄土に往生できますように」と祈る気持ちを持って、往生するための方便に精進していくべきです。

極樂浄土に往生するための方便とは、仏に祈りを捧げたり、法の修行をしたり、僧に敬い仕えたりすることです。そのような行いを続けていくことで、年を重ねるごとに心も喜びに満ちあふれていくことでしょう。それはなぜかというと、この世界より幾千倍、幾万倍も幸せな場所である西方極樂浄土にもうすぐ往生できることを思えば、おのずと大きな喜びを感じるようになるからです。

一般に人は誰でも晩年を迎えて死を近くに感じるようになるにつれ、心身共に苦痛を増していくものだと思いますが、極樂浄土に往生するための方便に精

ボルダー

進んでいる修行者たちは、死に対して苦しみを抱かないばかりか、むしろ年々喜びを増していくようになります。仏も「極楽浄土に往生する願いを立てた者は、寿命を迎える時こそ喜びを感じるでしょう」とおっしゃっており、それはなぜかという、例えば深刻な病を患った人がその病から救われることがあったらきっと大喜びするのと同じように、極楽浄土に往生した時には、ありとあらゆる苦しみから解放されるからです。これは仏教の修行者を除いて、世界中のいかなる境遇にある人々もなかなか持ち合わせていない特徴です。例えば私たちのような庶民が明日にでも世界一の大富豪になれるとしたら、きっと誰もが大喜びすると思いますが、解脱の幸せはそれより数百倍も、数千倍も素晴らしいものであるため、修行者は死に近づくにつれて喜びを増していくのです。

これは修行者の日常の様子を見ていればすぐに分かることで、優秀な仏教の修行者たちは、老いていくにつれてどんどん幸福感を増して心を楽しんでいく一方で、多くの一般の人々は老いていくにつれてどんどん心に焦りを募らせていきます。両者の老いに対する態度を比べてみるだけでも、仏法の功德をうかがい知ることができるでしょう。

もしかしたら、「一般人でも極楽浄土に往生できるものだろうか？」と思う人もいるかもしれませんが、このことについて疑う必要はありません。この一生のうち、衣食などを得るために費やす労力や努力の半分を法の修行に使い、三宝へ祈りを捧げることを忘れなければ、きっと極楽浄土に往生できると私が保証します。

5. 禅定

禅定とは、心を散漫させずに一点集中した瞑想の境地の中で、仏に祈りを捧げ、法を修習し、僧に敬い仕え、常にたゆまずに修行に励むことです。

瞑想の仕方はキリスト教、イスラム教、仏教などでそれぞれ異なりますが、いずれにしても、仏教の観点における禅定の要義は心を1つに集中させてとどめることであり、皆さんが常に釈迦牟尼仏のことを忘れずに心に思うことができれば、それがすなわち禅定です。

6. 智慧

善を行い、悪を断つための方法を、最初にラマのもとで聴聞し、中間においては聴聞した意味を思惟して疑問をなくし、最後に思惟した意味を自分の心に結びつけて修行に移していくことで、ようやく説かれていたことが真実であると確信できるようになります。

仏教において、思惟より生じる智慧と修行より生じる智慧が高まっていけばいくほど、世界の高度な科学的知識にも精通しやすくなっていきます。世界の多くの宗教は科学と長期的に共存することは難しいかもしれませんが、仏教は科学と共存することができます。仏法についての理解を深めれば深めるほど、科学に対する信頼が高まると思いますし、科学についての理解を深めれば深めるほど、仏法に対する信頼も高まると思います。ですから、仏法を深く研究していくと、今日の世界に普及している科学的知識の多くが仏の教えの中で言及されていることや、世界中で今日までに発見されてきた多くの法則が、それよりも前に、すでに仏によって説かれていたということに気づきます。同様に、現段階で精神的あるいは物質的な財産を増やしたいと考えている人にとっても、仏法の学習と修行は大変役立つものであり、そのことは実践していく中できっと実証されていくはずです。

今回は時間の都合上、これ以上お話しすることができませんが、現在チベットにある300巻余りのカンギュル (bka'gyur) とテンギュル (bstan'gyur) の中で詳しく紹介されていますので、詳細はそちらを読んでいただくとして、今はこの辺でとどめておこうと思います。

・仏教の円満な思想

仏は、「衆生は誰もが同じように幸せを望んでいて、苦しみを望んでいないという点で同じである」とお説きになられました。これは世界中の他のどの宗教とも異なる思想です。他の宗教では「大多数の衆生に利益を与えている時には、一部の衆生に危害を加えているものである」という考え方をすることも多く、例えば、人間に幸せをもたらすために他の生物の命を奪うことや、一部の

ボルダー

衆生に利益をもたらすために他の一部の衆生を痛めつけたり命を奪ったりすることを肯定しているような面が見られますが、仏教はそのような思想とは異なっており、正真正銘、「あらゆる」衆生に利益をもたらすことを提唱しています。

仏が經典の中で「自身を例として、他者を害するべきではない」と説かれているように、自分にとって利益となるものはきっと他の衆生にとっても利益となりますし、自分にとって危害となるものはきっと他の衆生にとっても危害となります。いかなる衆生も「幸せを望んでいて、苦しみを望んでいない」という点で同じであり、仏の教えを要約するのであれば、あらゆる衆生を利するという点の中に含まれないものはないのです。ですから、自分の立場を変えて考えてみた時には、きっと仏教を嫌う人はいないだろうと思うのです。

例えば、皆さんは2人の知り合いのうち、いつも自分を助けてくれる人といつも危害を加えてくる人のどちらを好ましく思いますか？

きっと誰もが自分に利益をもたらしてくれる人を好み、自分に危害を加えてくる人を好む者はいないでしょう。同じように衆生も他者を助ける人を好きになり、他者を傷つける人を好む者はいないのです。その点で、仏教は間違いなく一切衆生にとってひとえに利益を得られる教えですので、仏の教えを理性的にじっくりと考えてみれば、この世で仏教を好きにならないという人はいないと思います。

仏の追隨者であるラマたちにも上中下のレベルが存在します。それぞれどのような人物かというと、一切衆生に広大な利益をもたらし、危害を決して加えることのないような人物は最も素晴らしい上級のラマであり、一切衆生に利益をもたらすものの、一部で危害を与えているという人物は中級のラマであり、一切衆生に利益をもたらすどころか著しく危害のみを与え、いつも自利ばかりを追求しているような人物は最も低劣な下級のラマです。このように、仏の追隨者であるラマの良し悪しも、衆生を利するかどうかによって分けられます。

同様に実生活でもこれらはよく注意すべきことです。例えば、アメリカのどこかに才知に長けた心優しい人がいたら、きっとその人はアメリカの国民に利益をもたらすことができますが、反対に、能力はあっても心の中に悪意を抱い



ていて人々に危害を加えるような人がいたら、その人がアメリカに安寧をもたらすことは決してないでしょう。アメリカ人の皆さんであれ、チベット人の私たちであれ、あるいは世界中にいるどのような人であれ、自分に利益をもたらしてくれる人を好み、危害を加えてくる人を好まないということは、きっと誰にとっても当たり前の感情ではないでしょうか。

ここにお集まりの皆さんはほとんどが仏教徒の方だと思いますが、ぜひ仏教徒の皆さんにはこれらのことをよく理解した上で、これまで以上に仏の教えに喜びを抱いて修行に励んでほしいと思います。

また、キリスト教などを信仰している方々にも、利他を信条とする仏教のことをきっと好きになってもらえると思っています。キリスト教の開祖であるイエス・キリストも罰を受けて想像を絶する苦しみを味わっていた時に、ご自分の苦しみを例として他者の苦しみにについてお考えになり、全ての人が幸せになって苦しみから救われてほしいという思いのもとにキリスト教を創始したのであり、また世界中に広く普及してきた根本もその信条にあると思います。すなわち、キリスト教もまた利他を提唱している宗教なのです。

そして、好奇心から今回の法話に参加している信仰を持たない自由主義の方にも、きっと仏の教えに好感を持ってもらえると思います。なぜなら、他者を

ボルダー

助けることで自分にも幸せが訪れ、他者を傷つけることで自分の幸せも遠ざかるからです。例えば、皆さんが友人を助けることができれば、その分だけご自身も幸せになりますし、友人に対して表立って、あるいは隠れて危害を与えることがあれば、ご自身にも幸せが訪れることは決してありません。

たとえ、自分が食べるものや身に着けるものを得るためだけであっても、仏法という無害寂靜の素晴らしい道に喜びを抱き、その教えをできる限り実践していくことが、大変重要なことなのです。

ここにお集まりの皆さんはもちろん、皆さんとご縁のある方々にも、ぜひ仏教のいかなる衆生も傷つけない平和の道を修行して行ってほしいと心から願っています。皆さんに吉祥がもたらされますように。

身体検査

今回の海外巡行での法王のお体の状態には、もともと患っていた基礎疾患を除いて、大きな体調不良などは見られませんでした。私たち弟子としては、せっかく医療が発達しているアメリカに来ているので、ぜひとも法王に全身の検査をお受けになっていただきたいと考えていました。特に視力の改善に大きな期待を寄せていた私たちは、法王の身体検査の予定を旅程の中に組み込んで、病院に予約を入れていました。

6月24日の午前、私たちはコロラド州立大学病院（UCHealth University of Colorado Hospital）に向かいました。1989年に創設されたコロラド州立大学病院は、全米に数千と存在する病院の中でも高い評価を受けており、特に目の病の治療（眼科）に長けているとのことでした。

病院内はとても衛生的で、とても静かでした。医師や看護師の方々の振る舞いも大変親切で、嫌な顔や不機嫌な様子を見せたり、きつい言葉を使ったりして患者を刺激するようなことはなく、落ち着いた雰囲気ですら診察が行われていました。法王の診察では、最初に看護師の方がいくつかの機械で一般的な検査を行い、その結果の記録に基づいて医師が問診を行った後、再び大きな機械による検査が行われました。検査をしている間も、医師やスタッフが常に優

しい口調で、「それでは左を見てください。素晴らしいです。それでは次は右を見てください。はい、とてもよくできています」などと法王に指示を伝えてくださるので、全体的にリラックスした楽しい雰囲気の中で検査が進んでいったこともとても印象的でした。

巡行に同行していたアネ・メドゥンも、心臓の調子が悪く普段から薬を服用していたので、この機会に身体検査を受けることにしました。

今回の検査では、法王のお体に重大な異常は見つかりませんでしたが、残念ながら衆生の福德が至らず、視力のご回復はかないませんでした。

故郷を懐かしむ

その日の午後は法王が部屋でお休みになられていたため、少し時間が空いた私とアネ・メドゥン、ラマ・ムンツォの3人は道場の外にある芝生の上に座って休んでいました。暖かな太陽の光を浴びながら、青空や白い雲、遠くに見える雪山を見てるとチベットの風景が思い起こされ、私たちは思わずチベットを懐かしむ心持ちになりました。



提供：Glenn Asakawa / University of Colorado

コーダーからは、チベットから音源を持ってきたという道歌が流れていました。

私たちがチベットを離れてからまだ半月も経っていませんでしたが、初めて海を越えて異国の地に来たということもあってか、ずいぶん遠い場所まで来てしまったという気持ちになったのです。郷愁に駆られた私たちの会話は自然と故郷チベットの話題になり、ラマ・ムンツォが手に持っていた小さな黒いレ

会話が弾むうちに感極まった私は、「今回の巡行で、私は各方面からのプレッシャーを感じていて、きちんとやり遂げられるか不安でいっぱいなのですが、ラマ（法王）が私を連れてきてくださったことにとても感謝しており、貴重な機会を得ていることを大変ありがたく思っています。私にとって法王と皆さんは、想像もできないくらい大きなご恩のある存在です。多くの法を伝授してくださったことは言うまでもありませんし、それ以外の面でのご恩も計り知れません。特にラルン五明仏学院での1年目（原注：1985年）の冬、私は苦しくゆとりのない生活を送っていたのですが、その時にニヤロン（新竜）から戻られた皆さんが50元をくださったおかげで、私は困難を乗り越えて安心して学習と修行に専念することができましたし、年越しの時にも皆さんは私にたくさんの食べ物を与えてくださいました。このご恩を私は一生忘れません。本当にありがとうございます」と2人に伝えました。するとアネ・メドゥンは笑いながら「ジグブン（法王）は、あなただけでなく、他のいろいろな弟子たちにも食べ物などをお与えになる時がありますが、中には頑として受け取ろうとしない弟子もいます。しかし、あなたはいつも素直に受け取ってくださるので、私としても板挟みになって困ることがなくて助かっているのですよ」とおっしゃってくださいました。

それから私たちはインドへ行った時の様々な出来事について語り合いました。ラマ・ムンツォは日頃から口数の多いお方ではありませんでしたが、ご自身が幼い頃に見聞きしたお話をしてくださいました。



密教の心の本性を指し示す要訣

6月25日、法王はジガル・コントウル・リンポチェ（dzi sgar kong sprul rin po che）の道場であるローン・ホーク・ファーム（Lone Hawk Farm）に招かれ、心の本性に関する法話を行いました。

法王の法話の前に、ジガル・コントウル・リンポチェが開会の言葉を述べられました。



オーン、サルヴァシッディ（om sarva siddhi、「全ての悉地を」の意）。

さて、法話を始めていただく前に法王ジグメ・ブンツォク・リンポチェのご紹介を兼ねて少しお話をします。

このような場ですから、伝統にならって五円満の観点からお話ししたいと思います。

場所の円満：

このコロラド州のボルダーという場所は、カルマパ（karma pa）16世やチューギャム・トゥンパ・リンポチェ、ディルゴ・ケンツェ・リンポチェなどの大徳たちのご加持を込めた場所です。

時の円満：

今はちょうど、私たちが初めてこの国でニンマ派の比較的長期間にわたる夏期カリキュラムを実施している素晴らしい時期です。

導師の円満：

本日の導師は法王ジグメ・ブンツォク・リンポチェです。今回、はるばるチベットからお越しくださったリンポチェ（法王）は、チベットにおいて非常に

ボルダー

名高く、誰もが認める真の境地を兼ね備えたゾクチェンの成就者であり、高貴な大テルトンです。全てのテルトンはグル・リンポチェの化身ですから、今日、私たちがこうしてリンポチェの法話を聴聞できるのはとても幸運なことなのです。

眷属の円満：

ここにはジグメ・リンポチェ (jigs med rin po che)、ギャトゥル・リンポチェ (rgya sprul rin po che)、そしてお集まりいただいた参加者の皆さんがいます。

法の円満：

今ここに全ての円満が揃ったことを踏まえて、ゾクチェンのアティヨーガ (atiyoga) における心の本性を指し示す法を伝授していただけるよう、私からリンポチェ (法王) にお願ひ申し上げます。どうか私たちの願ひをかなえ、私たちに心の本性を指し示してくださいますように。

今回、リンポチェ (法王) のもとで法を授かることは、きっと私たち一人ひとりにとって、一生の中でとても価値のある印となるでしょう。それでは今から、皆でリンポチェにマンダラを捧げて法輪を転じてくださるようお願い申し上げます。

開会の言葉が終わり、法王は次のように法話を始められました。

今、私たちは楽しく一堂に会しています。そこで今日は、仏教の起源をたどりながら、心の本性を指し示す教えを要約してお話ししていきたいと思ひます。

・仏教がインドからチベットへ伝わったこと

私たちの本師である、巧みなる方便と大いなる慈悲を兼ね備えられた仏は、了義においては、原初の守護者である普賢如来としてもとより成仏されています。

すが、現象のレベルにおいては、三大阿僧祇劫の昔に菩提心を起こした後、資糧を積んで障害を清めていき、最終的にインドのブッダガヤで十二相成道を経て成仏なされました。

十二相成道の中でも特に重要な相は、所化を利するために法輪が順次に3回転じられたことです。まず第一転の「四聖諦の法輪」で共通乗の法が説かれました。続いて第二転の「無相の法輪」で共通しない大乘の法が説かれました。そして第三転で、所化全体へ向けて説かれた「善弁別の法輪」が転じられました。そしてこの他に、天、龍、夜叉、人間などの世界にいる優れた所化たちに向けた「密教金剛乗の法輪」も転じられました。



また小乗の法は、大迦葉や阿難などの付法藏七師によってその全てが代々受け継がれ、徐々に世界中に広まっていきました。共通する大乘の法のうち、深遠なる法は文殊菩薩によって、広大なる法は弥勒菩薩によってそれぞれ結集され、世界中に伝え広められました。共通しない密教金剛乗の法は、全体としては

「三部の守護者」(rigs gsum mgon po) によって、特に吉祥なる「秘密の守護者」(gsang ba'i bdag po) であるヴァジュラパーニ (vajrapāṇi) によって伝え広められました。「莊嚴なる6人と至高なる2人」をはじめとする高僧大徳の方々のご活躍もあり、聖地インドでは、まるで空高く昇った太陽のように仏の教えが長きにわたって栄え続けました。

そして、かつて仏が「仏法は北から北へと栄えていくでしょう」とおっしゃい、仏の授記の中でも、仏が涅槃されてから8年後には、仏ご自身より優れた存在であるペマ・ジュンネが現れ、北方の有雪国に法を伝え広めるであろうと記されているように、その後ペマ・ジュンネはチベットを訪れています。

真言持者ツォキェ・ドルジェ (sngags 'chang mtsho skyes rdo rje)、あるいはオギェン・ペマ・ジュンネ (o rgyan pad ma 'byung gnas) と呼ばれる彼は、極楽浄土の阿弥陀仏、ポタラ山の守護者であられる観音菩薩、ブツダガヤの比類なき釈迦牟尼仏の御三方を一身に集めた主尊であり、三域において広大な仏法の事業を展開して、魔物やダムシ (dam sri、悪霊の一種で「誓言違反者」の意) を残らず調伏した類いまれなる偉大なお方です。最初に、ペマ・ジュンネがチベットの凶悪な魔物、悪鬼、ダムシの類いを全て降伏なされたことで仏法の隆盛を阻む障害と逆境を取り除き、時を同じくして、ケンチェン・ボーディサットヴァ (śāntaraṅgita, khen chen bodhisattva) もチベットへいらして顕教の教えを伝え広めました。その後インドからチベットに、ヴィマラミトラヤシャーンティガルバ (śāntigarbha, zhi ba'i snying po) など総勢 108 名のパンディタが招聘され、チベットからはインドに、ヴァイローツァナ、カワ・ペルツェク (ska ba dpal brtsegs)、チョクロ・ルイギェルツェン (cog ro klu'i rgyal mtshan) など総勢 108 名のロツァワ (lo tsA ba、翻訳官) が送り込まれたことで、インドに残されていた全ての教えがチベット語に翻訳されました。当時のチベットでの仏教の繁栄ぶりは、かの聖なる国インドにおいてもかつてなかったほどの勢いであったと思われます。

その後、無量光仏がことさらに善知識として幻化したお姿であるディーパンカラ・シュリージュニャーナ (dīpaṃkaraśrījñāna、燃灯吉祥智)、すなわちアティーシャ (atīśa) がチベットを訪れた際には、「かつて私は、インドに栄えた全ての仏の教えや、ウッディャーナのダーキニーの州、夜叉、ガンダルヴァ (gandharva) などの世界に住むダーキニーたちが空に現した巻帙など、広大な仏の経典と密教のタントラをたくさん聴聞してきたため、『自分が知らない法は存在しない』とさえ考えていましたが、チベットのサムイェー寺でサンスクリット語の典籍を見た時に『自分はまだ密教典籍の 100 分の 1 すら知らないのだ』ということを知りました。密教のタントラは果てしなく膨大ですから、かつてのチベットにおける仏教の繁栄ぶりは、おそらくインドにも勝るほどの勢いであったろうと思います」というお言葉を残されています。

また、修行伝承の八大車輪のうちの1つを創設した大成就者オギエンパ・リンチェンベル (o rgyan pa rin chen dpal) も「今チベットに存在するニンマ派における全ての密教タントラの名前だけでも、カンギュルとテンギュルの総数よりも多いので、ニンマ派の密教タントラは本当に果てしなく膨大で不可思議な存在です」とおっしゃっているのですが、その時に栄えていたのがまさに旧訳古派 (snga 'gyur rnying ma pa、ンガギュル・ニンマパ) の教えて、その後からサキャ派、カギュ派、カダム派などの学派も順次に繁栄していきました。カダム派の中にも古派と新派があり、古カダム派はアティーシャによって、新カダム派 (「ゲル派」または「ゲルク派」とも呼ばれる) はロサン・タクバ (blo bzang grags pa、ツオンカバ) によって開かれた学派です。

・旧訳古派の他とは異なる特徴

このように、チベットでカダム派などの修行伝承の八大車輪の教えが栄えていったこと、そしてそれらの相承系譜の大徳たちの功德について考えると、彼らはまさしくオギエン・リンポチェの幻化であったと感じさせられます。

例えばサキャ派では、サキャ・パンディタ (sa skya paṇḍita) が自身の伝記やオギエン・リンポチェの授記の中でオギエン・リンポチェの化身であると記されており、カギュ派では、「ガムポパ」(sgam po pa) と呼ばれているタクポ・ダウ・シュンヌ (dwags po zla 'od gzhon nu) の伝記の中で、彼がオギエン・リンポチェの化身であると記されています。またカダム派では、アティーシャとロサン・タクバがオギエン・リンポチェの化身であると一部の伝記に記されており、チョナン派では、名高いチョナン・トルポバ (jo nang dol po pa) とターラナータ (tāranātha) の2人の偉大なる智者が、オギエン・リンポチェの化身であると一部の伝記に記されています。更に、アティーシャは『カダム父法』(bka' gdams pha chos) の中で「ここチベットに最初に教えを伝え、中盤では教えを広め、最後に長きにわたって教えを世にとどまらせてきた、教えを持する全ての偉大たちが、オギエン・リンポチェの化身である」とおっしゃっており、オギエン・リンポチェは「人々が私に信心を抱いている限り仏

ボルダー

の教えも存在し続け、人々が私に信心を抱かなくなり、私に祈りを捧げる人がなくなった時から、私の教えは衰えて消えていくであろう」とおっしゃっています。



実相においては、チベットに現れた教えを持する大徳たちのお心は1つですが、現象のレベルにおいては、オギエン・リンポチェ、ケンチェン・ボーディサツヴァ、ヴィマラミトラなどのような方々は、それまでのチベットには存在しなかった非常に優れた方々であり、彼らのようなバンディタのみならず、彼らと同じ時代に現れた

ような優秀なロツァワたちも、後世ではまだ現れていません。

なぜそう言い切れるのかと言いますと、ロツァワに関しては次のようなお話があります。かつて、チベットのロダク（洛扎）にマルパ・ロツァワ（mar pa lotsA ba）が現れた時代に、後期翻訳（phyi'gyur）時代のロツァワの中で随一と言われていたゴク・ロデンシェラブ（rngog blo ldan shes rab）が、弥勒菩薩の『大乘莊嚴經論』（mahāyānasūtrālamkāra）をサンスクリット語からチベット語へと翻訳していたのですが、ある章でチベット語の直訳では「執着しない」という意味を持つ「アラーガ」（arāga）というサンスクリット語の言葉が多く使用されていました。その言葉の具体的な意味を知る術もなく翻訳は行き詰まり、このままでは章内の全ての「アラーガ」という言葉を「執着しない」と訳すしかありません。そこで、彼がかつての前期翻訳（snga'gyur）時代のロツァワたちが訳したテキストをたどってみることにしました。それらの訳文では、サンスクリット語の「アラーガ」という言葉は使われ方によって異なる意味を含んでおり、布施、持戒、忍辱、精進、禅定、智慧という六波羅蜜の各修行を表す文脈の中で使用されている箇所もあれば、そこから更に細分化された過去、現在、未来における六波羅蜜の各修行を表す文脈の中で使用されてい

る箇所もありました。例えば「布施」の場合であれば、「〔菩薩の布施〕執着しておらず、執着することもなく、執着を伴っておらず、執着そのものでもない」という一文のように、過去の布施、現在の布施、未来の布施をそれぞれ表すような文脈の中で使用されていたのです。そうした文脈と意図を酌み取った意識がなされていることを知った彼は、自分の慢心が完全に打ち砕かれると共に深く感動し、「ヴァイローツァナは虚空の果てに等しく、カ〔ワ・ペルツェク〕とチョク〔ロ・ルイギェルツェン〕の2人は一対の太陽と月のようであり、リンチェン・サンポ（rin chen bzang po）は夜明けの明星のようであるが、彼らを前にした私はまるで螢のようである」という賛辞を詩に残されました。

詩の意味を補足すると、「ヴァイローツァナの翻訳の叡智はまるで空のように広大で、カワ・ペルツェクとチョク・ルイギェルツェンの翻訳はそれぞれ空に浮かぶ太陽と月のような輝きを放ち、大翻訳官リンチェン・サンポの翻訳は夜明けの明星のようであるのに対し、現代の翻訳家である私たちの仕事は、せいぜい螢の光程度の輝きしか放つことができない」という意味になるのですが、このようにロツァワだけを比較してみても、前期翻訳時代は他の時代と次元が大きく異なっていたことが分かります。

また、当時現れたパンディタがいかに優れていたかということ、例えばオギェン・リンポチェとヴィマラミトラは、はるか昔から現在に至るまで体がまるで老衰していないばかりか、オギェン・リンポチェは羅刹の島である西南のチャーマラ州で、今でも羅刹たちに法輪を転じていますし、ヴィマラミトラは中国の五台山で、今でも法輪を転じています。

さて、オギェン・リンポチェ、ヴィマラミトラ、ケンチェン・ボーディサットヴァに追随する者たちのことを「ニンマ派」と総称しますが、経とタントラの全ての内容が修行の中で実践されることも、ニンマ派の特徴的なところだと思えます。

もしかしたら、一部の人は「サルマ派も経やタントラの全ての内容を修行しているのでは、ニンマ派だけの特徴とは言えないのではないか？」と思うかもしれませんが、今チベットにある300巻余りのカンギュルとテンギュルは、主に前期翻訳時代に翻訳されたもので、後期翻訳時代のロツァワたちが自力で翻訳

ボルダー

したものはほとんどありません。全体としては経とタントラを、特に内タントラにおける3つのヨーガ部を、その中でも特にゾクチェンを修行する者たちのことを「ニンマ派」と呼び、真のニンマ派であるかどうかはその点をもとに判断する必要があります。

皆さんの道場はニンマ派の道場でしょうか？ もしそうであるなら、この要点をよく覚えておきましょう。繰り返しとなりますが、錯誤のない経とタントラの全ての内容を取り扱っている点はニンマ派だけが持つ特徴で、他の学派



では全ての内容を取り扱うことはありません。他のサキャ派やカギュ派などの学派では、無上タントラ部 (bla med kyi rgyud sde) における父タントラ (pha rgyud) や母タントラ (ma rgyud) の修行が行われることはありますが、マハーヨーガ (mahāyoga)、アヌヨーガ (anuyoga)、アティヨーガ (atiyoga) という内タントラにおける3つのヨーガ部は存在しません。そして、その中でも特に速やかに仏の境地を得ることができるアティヨーガの修行を行っているのはニンマ派だけです。

ニンマ派のゾクチェンの法の理趣を最初にチベットに伝えたのはオギエン・リンポチェとヴィマラミトラのお二人で、中期においてはロンソム・マハーバンディタ (rong zom chos kyi bzang po、ロンソム・チューキサンポ) と全知ロンチェン・ラブジャムバのお二人が教えを広め、後期においてはジャムヤン・ケンツェ・ワンポ (jam dbyangs mkhyen brtse dbang po) と全知ミバム・ギャムツォのお二人が教えを再び栄えさせました。これらの時代をそれぞれ、ゾクチェンの教法における「前伝期」、「中伝期」、「後伝期」と言います。

前伝期には、オギエン・リンポチェのゾクチェンの法は、「ゾクチェン・サルマ」(rdzogs chen gsar ma) あるいは「ゾクチェン・テルマ」(rdzogs chen gter ma) と呼ばれ、ヴィマラミトラのゾクチェンの法は、「ゾクチェン・ニン

マ」(rdzogs chen rnying ma) あるいは「ゾクチェン・カマ」(rdzogs chen bka' ma) と呼ばれるようになり、ニンティク (snying thig) の中に「サルマ」と「ニンマ」という2つの分類ができました。

中伝期には、全知ロンチェン・ラブジャムパが「明らかな本性」(rang bzhin gsal ba) について広範に確定して、主に「深遠なる真髓の 17 大タントラ」(zab snying po'i rgyud chen bcu bdun) に基づき解説し、ロンソム・マハーパディタが「空なる本体」(ngo bo stong ba) の見解を確定して、「心部における母子の 21 部」(sems smad ma bu nyer gcig) と「界部における白・黒・雑色の 3 部」(klong dkar nag khra gsum) に基づいて広範に解説しました。

後伝期には、ジャムヤン・ケンツェ・ワンポがご縁のある者たちを摂受するために深遠な要訣を説き、全知ミバム・ギャムツォが邪見を持つ者たちを折伏するために広大な教理を説きました。

ニンマ派におけるゾクチェンの法についての理解を深めるためには、これらの偉大な 6 名の師の足跡をたどりながら突き止めていく必要があります。

・ゾクチェンの修行の要訣

ゾクチェンの修行の実践に関しては、一般的にタントラ (tantra、rgyud)、アーガマ (āgama、lung)、ウパデシャ (upadeśa、man ngag) によるたくさんの解説方法がありますが、今回は広大なタントラとアーガマについては解説しません。皆さんは修行の境地が比較的高いレベルまで達していて、ウパデシャに対する修行体験もあるようですので、私はウパデシャの方法に従って簡単にお話ししていきたいと思います。

ウパデシャの解説方法には 2 種類あり、1 つは、基礎 (gzhi) は始原清浄に基づき、道 (lam) はテクチャーによって守り、結果 ('brasbu) は塵に消えるという解説方法、もう 1 つは、基礎は自然成就に基づき、道はトゥーゲルによって守り、結果は光の体として解脱するという解説方法です。

前者は怠け者が努力を伴わずに解脱する法であり、後者は精進する者が努力を伴って解脱する法とも呼ばれています。

ボルダー

前者の法の中には、更に見解、修習、行為、結果の4つがあります。

1. 見解：現象と存在、有情世間と器世間によって集約されるあらゆる物事の根本が心の幻化であること、そして心自体ももとより生成、存続、消滅を伴わない空を本質とした虚空のようなものであることを主に確定することが見解です。

見解を認識していく方法としては、シャマタ (śamatha、zhi gnas、止) の門による手引きとヴィパッサナー (vipassanā、lhag mthong、観) の門による手引きの2つがあります。シャマタの門による手引きは、修行の上に見解を見出すもので、主にカギユ派の説明方法に基づいていますが、自分の心を一点に集中させた状態で4つのヨーガ (rnal 'byor bzhi) を順次に修習していき、住 (gnas)、動 ('gyu)、覚 (rig) の要訣を頼りに心の本性を認識していきます。このマハームドラー (mahāmudrā、phyag rgya chen po、大いなる印) の直指法 (ngo sprad pa) は、主にカギユ派で用いられている説明方法です。カギユ派全体の修行法としては、方便道のナーローパ六法 (thabs lam na ro chos drug) と解脱道のマハームドラー (grol lam phyag rgya chen po) があり、個別の修行法としてはカルマ・チャクメ・リンポチェ (kar ma chags med rin po che) の記した『リトリートのためのアドバイス—山の法—』 (ri chos mtshams kyi zhal gdams) の中で説かれている独自の奥深い要訣がありますので、これらによって理解を深めていく必要があります。

ヴィパッサナーの門による手引きは、見解の上に修行を見出すものです。ニンマ派の一般的な手引きの仕方に従って、心は生じることも、とどまることも、去ることもないと認識していき、今この瞬間に安住する方便の要訣を頼りに修行を行っていきます。現在のニンマ派における説明方法のほとんどが、このヴィパッサナーの門による手引きに基づいています。

ニンマ派とカギユ派のほとんどの方々は、この2つの方法を融合して修行や解説を行っていますが、この両者の究極の意味、あるいは究極の見解を示すのであれば、それは自分の心が空を本質としていることを理解することだと思えます。顕教において説かれている「大仏母般若波羅蜜多」もこのことを指して

いますし、ウマ・チェンポ (dbu ma chen po、大中観)、チャクギャ・チェンポ (phyag rgya chen po、マハームドラー、大いなる印)、ゾクパ・チェンポ (rdzogs pa chen po、ゾクチェン、大いなる完成) を指す「チェンポ・スム」 (chen po gsum、3つの偉大なもの) も、自らの心が不生であることを知るためにあるものだと思います。

このことについては、ニンマ派のたくさんの智者たちが確定してきていますが、今回はカルマバ・ランチュン・ドルジェ (karma pa rang byung rdo rje) の観点をご紹介しますと思います。



カルマバ・ランチュン・ドルジェの発願文には「極端 (mtha') から離れることは大中観、思索 (yid dpyod) から離れることはマハームドラー、これは全てを集約する (kun 'dus) ゾクチェンとも呼ばれる。極端から離れた心の法性を証悟しますように」と記されており、つ

まり、あらゆる極端から離れることを大中観と、あらゆる執着の仕方から離れることをマハームドラーと、九乗の法理の要点を全て集約しているものをゾクチェンと呼ぶため、大中観とマハームドラーとゾクチェンによって自分のこの心が一体どのようなものなのかを証悟することができますように、と彼は願いを立てているのです。

2. 修習：他の分別や執着を何も働かせずに、忘失することなくその境地にとどまります。

この理趣については、数多くのニンマ派の智者と成就者が確定してきましたが、私は主にカルマ・チャクメ・リンポチェの観点をご紹介しますと思います。

カルマ・チャクメ・リンポチェは「今、自ら心を顧みたとその瞬間、心を見ようとすると何も見えない空性、それを見る境地の中でゆったりとくつろぐこと、

ボルダー

マハームドラーの法は他に存在するものではない」とおっしゃっています。つまり、自らの心を顧みたと、心を見ようとしても何も見えるものがない空性であるということが見解であり、それを明らかに見る境地の中で、忘失せずにリラックスして安住するということが修行です。

マハームドラーは、外側に向かって輪廻と涅槃の諸法を印持していますが、内側は何者にも印持されていないので、輪廻と涅槃のあらゆる物事がすなわちマハームドラーなのです。以上が修行についてです。

3. 行為：良い分別であれ、悪い分別であれ、どのような分別が湧き起こっても、その本体を観察して修行の境地を高めていきます。

行為については、ニンマ派のタントラや要訣の中でもたくさん説かれていますが、今回はカルマ・チャクメ・リンポチェが『リトリートのためのアドバイス—山の法—』の中でお説きになられていることを要約してお話ししていきたいと思います。

彼はどのようにお説きになられているかという、何か自分にとって意に合うような良い出来事があった時にそれを観察することができれば修行の境地は少し向上し、病、死、誹謗中傷など、悪い出来事があった時にそれを観察することができれば、修行の境地は大きく向上すると言われています。要約すれば、行住坐臥の日常行為の全てにおいて、常に忘れずに修行を心がけることによって、自分の境地を高めていくことが行為です。

4. 結果：結果については、ジェツン・ミラレパ (rje btsun mi la ras pa、「至聖なるミラレパ」の意) のお言葉に従って確定していきたいと思います。ジェツン・ミラレパは「私は、中はゾクチェンの病によって痛み、外はマハームドラーの病によって痛み、ひいては痛むのみならず死にさえ至る」と、彼の内側はゾクチェンという病によって痛み、外側はマハームドラーという病によって痛み、ひいては痛むだけにとどまらず、死にさえ至るとおっしゃいました。その意味するところは、自分の心が不生であると知ることがゾクチェン、その境地の中で動じないことがマハームドラーであり、この2つを修行すれば、まる

で病のような一時的な悪しき分別が清められるだけでなく、究極の死とも言える仏の涅槃の境地でさえも、容易く、速やかに得られるということです。

以上が、テクチャーの見解、修習、行為、結果についての説明です。

この説明方法では、修習の要訣はニンマ派自学派の見解に基づいており、見解、修習、行為、結果のそれぞれの項目の中で引用されている教典の言葉は全てカギユ派の教法に基づいています。このような説明方法にした理由は、今日の特別な縁起にちなんでのことです。

特別な縁起とは、まず、私自身にとっては、今日はちょうどカギユ派の道場からニンマ派の道場に来た日であり、このこともカギユ派とニンマ派を結び合わせて説明した理由の1つです。次に、皆さんにとっては、これまで長い間カギユ派の法を修行してきて、今は共通しないニンマ派自学派の法を学習し修行していらっしゃるの、これもまたカギユ派とニンマ派を結び合わせて説明した理由となります。



また、総合的な視点で考えた場合にも、カギユ派とニンマ派は、修行伝承 (sgrub brgyud) における他の学派とは異なり密接な関係にある学派同士であるため、今回は両者を関連づけて説明しました。

先ほども述べた通り、タクポ・ダウー・シュンヌも自分がオギェン・リンポチェの化身であると自らおっしゃっていますし、カルマパ 1 世のトゥースム・ケンパ (dus gsum mkhyen pa) の化身であるカルマパ 2 世のパクシ (pak+Shi) も中国の国師となった時に、「私は時にオギェン・ペマジユンであり、時に大成就者サラハである」と自分がオギェン・リンポチェの化身であると自らおっしゃっています。そして、カルマパ 3 世はランチュン・ドルジェ (rang byung rdo rje) であり、現代においてニンマ派の「ニンティク・ヤシ」

ボルダー

を修行するには、ランチュン・ドルジェの教えが必須となりますが、彼は全知ロンチュン・ラブジャムパのラマでもあります。また、カルマ・チャクメ・リンポチュエについては、彼のラマはペルユル派 (dpal yul pa) の師で、ナムチュー (gnam chos, 空法) の教えを明らかにした人物でもあるミンギェル・ドルジェ (mi 'gyur rdo rje) であり、彼の弟子にはペルユル派の教えを持するリクジン・クンサン・シェーラプ (rig 'dzin kun bzang shes rab) がいますが、彼自身はおそらくカギユ派にもニンマ派にも属しています。このように、当時からカギユ派とニンマ派は密接に関係していた学派同士だったのです。

現段階で皆さんが修行の本行で検証を必要としていることは、このあたりまでではないかと思います。

2 つ目の自然成就のトゥーゲルの修行については、今世でまたいつか皆さんと再会できる日が来ることを願いつつ、もし今世で再会できなかったとしても、来世に浄土で再会できた時には、必ず盛大に法の解説と聴聞を行うこととしましょう。その縁起を担ぐためにも、トゥーゲルの修行の手引きについては一旦解説を控えることとして、今日のお話はここまでにしたいと思います。

コーヒーを飲むようになったこと

今回の欧米諸国への訪問では、それまでの中国やインドへの訪問とは異なり、法王のお口に西洋の食事が合ったようで、先方で用意してくださる法王の食事について、私たちが特に気を配る必要はありませんでした。

私の主な仕事は法王の侍者として身の回りのお手伝いをするので、決められた時間にお薬をお届けし、身支度を整えるお手伝いや衣服の洗濯をしたり、法話のための録音の用意や移動用の荷造りをしたり、突発的な出来事への対応などをしたりと、細々とした雑務を多岐にわたって行っていたため、常に気の抜けない張り詰めた状態で過ごす日々が続いていました。ケンポ・ナムドルも、主催側の道場との様々なやりとりで追われ、とても忙しくしていました。

毎日、法王たちがお休みになった後によく私たち2人も一息つくことができ、私たちはその時間を使ってわずかな休憩も取りつつ、毎日欠かすことのできない經典の読誦を行うことにしていました。ケンポは『文殊真実名経』を読み唱えていて、私はそれに加えて別の經典も読み唱えていました。私たちはしばしば読経の途中で、目も開けていられないほどの眠気に襲われて居眠りをしてしまうことがあり、そのような時にはよくケンポ・ナムドルが私たちの目を覚ますために、ングートゥブ・ドルジェにお願いしてコーヒーを淹れてもらっていました。私はそれまでコーヒーを飲んだことがなかったので、最初はその風味に少し戸惑いましたが、時間が経つにつれて徐々にコーヒーが好きになっていきました。

もちろん、寝る前にコーヒーを飲むのはあまり良い習慣とは言えませんが、海外にいる間はほとんど毎晩3、4時間しか眠ることができず、日々いろいろな仕事に追われていた私は、飲むと目が覚めて体に力が湧いてくるコーヒーに大変助けられていました。

ポルダー

ミラレパの修行次第

6月26日、法王はデンバーで有名なマイル・ハイ教会（Mile Hi Church）へ行き、金剛界の弟子たちと一部の非仏教徒の方々に向けて、カギユ派の学説体系（grub mthas）を本筋とする法話を行いました。

法海雷音如来、応供、正遍知、明行足、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、仏、世尊に礼拝し、供養し、帰依します。

法海雷音仏がかつて立てた4つの願いの力によって、そして果てしない智慧と慈悲と力のご加持によって、今、私たち衆生が享受を得られますように。

さて、たった今、私は自分が信心している本尊に対する礼賛の意味を込めて、そして特に皆さんが心の連続体に真の正道を確立することができるように、法海雷音如来の名号を7回唱えました。

今日は何についてお話するかというと、ここでは、仏教における修行の核心について要約してお伝えしようと思います。今回なぜ私がこのテーマを選んだかということ、皆さんの中で、仏門に入ったばかりでまだ仏教のことをあまり知らない方々にとっては仏教についての理解を深めるための、すでに仏教について理解している方々にとっては更に修行の境地を高めるための、そして、他の宗教を信仰している方々や一切の宗教を信仰していないという方々にとっては、仏教がどのような宗教なのかを知り、仏教への入信について深く考えてみるきっかけとなるに違いないと考えたからです。熟考した後に仏門に入ることで、きっと皆さんの心の境地は徐々に高まっていくことでしょう。

・カギユ派のラマたちのご紹介

今回は、私の教えについて重点的にお話ししていきたいと思います。私たちの導師である、巧みなる方便と大いなる慈悲を兼ね備えた仏は、最初に至高の菩提心を起こし、中間においては三大阿僧祇劫にわたって資糧を積み、最後に

インドのブツダガヤで成仏されるという示現をなされましたが、その後には、共通しない所化たちのために、密厳浄土などの場所に持金剛仏 (vajradhara、rdo rje 'chang) として現れ、密教の法門を広くお説きになられました。このような仏の教えはどのようにして栄えていったのかというと、この世界では最初にインドのブツダガヤで仏法が現れ、そこから太陽が徐々に昇っていくかのようにインド全域に伝わっていきました。その後、仏が授記されているように、仏の教えは有雪国チベットに伝わり、長きにわたって栄えていく中で、チベットには修行伝承の八大車輪や説示の十大教派 (bshad pa'i bka' chen bcu) など、数多くの法の伝承ができていきました。

修行伝承の八大車輪の中では、最初にオギエン・ドルジェ・チャン (orgyan rdo rje 'chang、パドマサンバヴァ) やヴィマラミトラなどによって旧訳古派の法理が栄えました。その後、ロダク (洛扎) に優れた翻訳官としても知られるマルバ・ロツァワが現れ、今の新しい弟子たちには、以前の法脈 (chos brgyud) よりも更に全体的な内容を網羅した新しい法が必要であると考えた彼は、様々な困難に見舞われながら、聖地インドを3度訪問しました。マルバ・ロツァワは最後にインドを訪れた際に、後にチベットにいらしたニャムメ・ジョウオ・ジェ・アティーシャ (mnyam med jo bo rje a ti sha) にお会いした他、滞在中に、持金剛仏から直々に授受された大成就者ティローバ (tilopa) の大弟子にして、ナーランダ (nālandā) 僧院の北門を守るパンディタとしても知られるナーローバ (nāropa) のもとを何度も尋ねて広大な教えを授かり、マイトリーバ (maitrīpa) など数多くの大成就者たちに師事し、多くのサルマ派の密教の法理をチベットに伝え広めました。

マルバ・ロツァワは、ラマのナーローバから別れ際にヘーヴァジュラ (hevajra) の灌頂を授かりました。その時に、ナーローバはヘーヴァジュラのマンダラにいらっしゃる全てのイダムのお姿を空中にはっきりと示した後、そのままお座りになりながら、マルバに「あなたは今日、まずラマに礼拝しますか？ それともまずマンダラのイダムに礼拝しますか？」と尋ねました。マルバは今までラマから多くの法を授かってきたので、今日はイダムから法を授かるべきであろうと考え、「私はまずイダムに礼拝します」と答えました。する

ボルダー

とその瞬間、空中に現れていたイダムたちは全て光となって、ラマであるナーローパの胸の中に溶け込んでしまいました。

マルバ・ロツァワは「今日、どうやら私は選択を間違えてしまったようだ。実際にはイダムもラマの幻化であり、ラマ以外に別のイダムは存在しない。私が本当に敬い仕えるべき方はラマであるはずだ。私は間違えてしまったのだ。しかし、私は日頃からイダムよりラマを重視しており、イダムの修行を行う際もラマを頭上に観想し、決してイダムの方をより重く考えているわけではないのだから、今回間違えたことで、縁起がそこまで深刻に壊されることはないはずだ」と考えました。

神通で彼の考えをお知りになったナーローパは、「あなたがまずラマへ礼拝するのではなく、イダムへ礼拝することを選んだことで、縁起はいくらか壊されてしまいましたが、あなたが普段はいつもラマを至尊と考えている縁起により、法の伝承は依然として、まるで太陽が昇るように世界各地へと広まることでしょう」とおっしゃいました。

マルバ・ロツァワはラマ（ナーローパ）に、「私にはダルマ・ドデ（dar ma mdo sde）をはじめとする7人の子どもがおりますので、どうか壊れた縁起を修復していただけないでしょうか？ 特に子孫たちが仏の教えを伝え広めることに貢献するためにも、良い方法はないでしょうか？」と懇願しましたが、ナーローパは「縁起はすでに壊されてしまったので、修復することはできないでしょう」とお告げになりました。

もしこの時、マルバ・ロツァワが良い縁起を担っていたとしたら、きっと彼の血統（rigs rgyud）を受け継ぐ子孫たちは、法統（chos brgyud）を受け継ぐ弟子たちよりも更に大きな力を発揮し、カギユ派の教えは今より百倍にも、千倍にも優れた教えとなっていたでしょう。この出来事が示すように、弟子はラマを至尊と考え、ラマに対して信心、敬虔さ、喜び、敬いを抱くことが特に大切なのです。

続けてマルバ・ロツァワがナーローパに、「それでは、私の法統は誰が広めていくのでしょうか？」と問うと、ナーローパは「あなたが最も重視し、大切に思っている弟子は誰ですか？」とお尋ねになったので、マルバは「私にとっ

ては、アウォ・トゥチェン (a bo mthu chen) あるいはトゥーパ・ガ (thos pa dga'、*「聞喜」*の意でミラレバを指す) という弟子が、自分の心臓よりも大切です」と答えました。

すると、ナーローパは合掌して「北方の暗黒の地において雪山に日の光を照らすような存在となる、トゥーパ・ガと呼ばれる者に礼拝します」とおっしゃいました。ナーローパがチベットの方角に向かって身をかがめて礼拝されると、周辺の山や木々までもが身をかがめて礼拝したのでした。当時ナーローパがいらしたプラハリ (phulahari) にあるオーダンプリ (odantapuri) 僧院はナーランダー僧院の近くにあるのですが、今日でも、現地の山や木々はまるで身をかがめているかのように、チベットの方角に向かって微かに先端を垂らしています。

その後、マルバ・ロツァワはミラレバに「あなたは夢を1つご覧になってください。その夢から、カギユ派の法統がこの先どのように栄えていくかが分かるでしょう」と伝えました。するとその日の晩にミラレバは、四方に大きな柱が1本ずつ立っており、北の柱の上に止まった1羽の鷹が1羽の子を産み、まるで空を埋め尽くすかのように多くの鷹の子が飛んでいる、という夢を見ました。

夢の話聞いたマルバ・ロツァワは夢解きを行って、ミラレバに次のように告げました。「4本の柱は私に4人の大弟子ができることを示しています。4人の大弟子とは、ツァンロン (gtsang rong) のメートン・ツォンポ (mes ston tshon po)、ドル (dol) のツルトン・ワンゲ (mtshur ston dbang nge)、シュン (gzhung) のゴクトン・チュードル (rngog ston chos rdor)、ゴンタン (gong thang) のミラレバです。北の柱の上に止まっている1羽の鷹は、まさにあなたのことです。その鷹が1羽の鷹の子を産んだということは、あなたにタクポ・ダワー・シュンヌという太陽のような弟子ができることを示しています。空を埋め尽くすかのように多くの鷹の子が飛んでいる様子は、タクポ・ダワー・シュンヌから法統を受け継いだ者たちによって、まるで空中を埋め尽くすかのような勢いでカギユ派の教えが広まっていくことを示しています」。

ボルダー

マルパ・ロツァワが夢解きをされた通り、タクポ・ダウー・シュンヌ、すなわちガムボパの時代には、彼の最も傑出した弟子となるカルマパ・トゥースム・ケンパ (1110-1193) と衆生の守護者バクモ・トゥパ (phag mo gru pa、1110-1170) のお二人が、時を同じくしてお生まれになりました。そして、彼らの弟子の伝承のうち、バロム・カギユ ('ba' rom bka' brgyud)、バクトゥ・カギユ (phag gru bka' brgyud)、カルマ・カギユ (karma bka' brgyud)、ツアルパ・カギユ (tshal pa bka' brgyud) は「4つの大きなカギユ派」(bka' brgyud che bzhi) と呼ばれ、ディクン・カギユ ('bri gung bka' brgyud)、ドゥクパ・カギユ ('brug pa bka' brgyud)、タクルン・カギユ (stag lung bka' brgyud)、ヤプサン・カギユ (g.ya' bzang bka' brgyud)、トプ・カギユ (khro phu bka' brgyud)、シュクセブ・カギユ (shug gseb bka' brgyud)、イエルパ・カギユ (yel pa bka' brgyud)、マルツァン・カギユ (smar tshang bka' brgyud) は「8つの小さなカギユ派」(bka' brgyud chung brgyad) と呼ばれて、カギユ派の教えは世界各地に広まりました。その繁栄ぶりは、例えばドゥクパ・カギユの教えだけでも、「その教えは鷹が18日間かけて飛び続けても終端が見えないほど広く行き渡った」と人々から言われているほどです。

その後は、紅帽派と黒帽派それぞれのカルマパが更なる発展を遂げました。史料によると、黒帽派のカルマパは清浄顕現の中で、10万のダーキニーが神変の力によって髪の毛で編んだ黒い帽子を供養されたことがあり、その後、元の皇帝からも皇帝自らお作りになられた黒い帽子を授かったことから、その黒い帽子は代々のカルマパに継承されて現在まで受け継がれているそうです。一方で紅帽派のカルマパの赤い帽子は、タクパ・センケ (grags pa seng ge) が中国の皇帝から授かったもので、そこから代々のカルマパに受け継がれていきました。このことから「黒帽派」、「紅帽派」という名称が付けられています。

他にも当時のカギユ派の繁栄ぶりを示す出来事として、チベットのミニャク (mi nyag) にあるラーティーブムゾン (rA tŕi 'bum rdzong) という場所に、ある時、10万人もの空を飛べる僧侶が同時に出現したこともあるそうです。

このようにして、カギユ派の伝承を受け継ぐラマたちは、美しく連なる黄金の山のように1人また1人と途絶えることなく、カルマバ16世や皆さんのラマたちの代まで順次に世に現れ続けているのです。

以上が、カギユ派の伝承を受け継いできた教えを持する大徳たちに関する簡単なご紹介となります。更に詳しくお話ししようとする、たとえ数か月かかっても、全てのラマたちの伝記を説明し終えることはできないでしょう。

続いて、相承系譜のラマたちが修行してきた法についてお話しします。

相承系譜のラマたちの修行の仕方には主に3つの伝統があります。1つ目は、大成就者ティローバが最初から密教の共通しない法を修行して持金剛仏の境地に至ったものです。2つ目は、ロダク（洛扎）のマルバ・ロツァワがカギユ派の修行法を顕教と密教のマハームドラーの2つ、あるいは、実相と楽空のマハームドラーの2つに分けたもので、これは大乘における顕密を融合させた修行です。3つ目は、ジェツン・ミラレバが初学者の行いである不善を断つことから始めて、内的火（caṅḍālī, gtum mo）や幻の体（sgyu lus）の境地が堅固なものになった後、自然にマハームドラーの本質を証悟し、大乘の密教金剛乗の法を修行していくことで、一生をかけて持金剛仏の境地を成就したものです。

今回はジェツン・ミラレバの伝統に従って、どのような方々でも修行することができる実践しやすいものでありながらも全ての次第が揃っている法について、簡単にご紹介しようと思います。

最初に、輪廻の全ては苦しみを本質としていることを理解して出離心を起こし、中間では、自分よりも他者を大切に、生きとし生けるもの全てのために至高の菩提心を起こし、最後に、持金剛仏のお心の流れ（thugs rgyud）と無二であるという清らかな見解を修習して、仏の境地を得ていきます。

・小乗の修行法

最初の出離心を起こすための修行はどのようなものかという、まず、法を修行することのできる人の体はとて得難いものであるため、このような人の

体を得ることができたからには、一生をかけて清らかな善法を修習していくべきである、という考えに基づいて真の願いを立てます。次に、有暇円満の人の体を得ても、それは永遠に続く堅固なものではなく、今生きている世界中の全ての人々は、およそ 100 年後には 1 人残らずいなくなっているものなのですから、自分は必ず死ぬのだということをよく考えて、しっかりと法を修行していくことを心に決意する必要があります。そして、私たちが必ず死ぬということは確かですが、いつ死ぬのかということは分かりません。例えば、今ここにお集まりの皆さん全員が、来年のこの日も必ず生きてると保証することは誰にもできませんし、来年死ぬ者たちの中に自分が含まれているかどうか誰にも分からないことです。つまり、自分が来年を迎えるのが先となるのか、来世を迎えるのが先となるのかということは、誰にも分からないのです。来年と言わず来月でさえも、私たち全員が生きていられるかどうかを断言することはできません。このように、死がいつ訪れるか分からないからこそ、急いで善法を修行すべきなのです。

そして、死ぬ時には正法以外は何の役にも立ちません。例えば死を前にした時に、高い地位が役に立つでしょうか。たとえ世界中を統治する王であっても、死ぬ時には誰一人連れていくことはできず、自分だけで向こうの世界へ行かなければなりません。それでは、富が役に立つでしょうか。たとえ国中の全ての財産を所有していたとしても、死ぬ時には一口の食べ物や一切れの布でさえも持っていくことはできず、自分の身一つで来世へ向かわなければなりません。では、名声が役に立つでしょうか。たとえ世界中に名が知れ渡っている有名人であっても、死ぬ時には誰の助けもなく見知らぬ世界に自分だけで向かっていかねばならないのです。これらのことをよく考えてみれば、本当に一刻も早く善法の修行に取り掛かる必要があると実感できるはずです。ずいぶん長い時間が過ぎてから、ようやく修行をしたいという気持ちが芽生えたとしても、その時には、すでに残された時間はほとんどなくなっているかもしれません。

死は、火が消えたり、水が枯れたりするのは異なり、死後も白黒の業に従って進み続けなくてはならず、死んだら何もなくなるということではありません。

ここで実際にあったいくつかの転生についてのエピソードを紹介します。

その昔、ある外道のバンディタはダルマキールティ (dharmakīrti) に度々弁論を挑んでいたのですが、ついにダルマキールティを論破することができないまま一生を終えてしまいました。後に生まれ変わったそのバンディタは、今度は 18 歳の時に弁論師となり、再びダルマキールティに挑みましたが、やはりその一生をかけても論破することができませんでした。そして、その死後に再び生まれ変わったバンディタは、今度は 7 歳の若さで弁論師となり、やはりダルマキールティに挑んだのですが、それでも論破することができず、最後には仏教に入信したそうです。このバンディタのように、外道の学派の中にも前世や来世の存在を認める人や、前世を覚えている人はたくさんいます。

仏教では前世と来世の在り方はどのように考えられているかということ、史料によれば、かつてインドの南部にチャンドラゴーミン (candragomin) という論師がおり、前世で仏教のバンディタだった彼は、前世や来世の存在を否定する外道の学者と激しい弁論を繰り広げていました。しかし、結局決着がつかなかったため、前世のチャンドラゴーミンは「前世と来世が存在することを証明するために、今から私は死にますので、調合しておいた聖物で私の体が腐敗しないようにして、遺体を棺桶で保管してください」と言って、類を見ない珍しい真珠を口の中に含み「私が生まれ変わった時に、すぐに今知っている全てのことを知ることができますように。そして未来に、今私が口の中に含んでいるこの真珠を口の中に含んでいる者が現れたら、それは転生した私であり、その時に前世と来世の存在が証明されるはずです」と願いを立てて息を引き取りました。その後、願いの力によって実際にチャンドラゴーミンとして転生したという彼は、生まれた時から口の中に真珠を含んでおり、前世の遺体の口の中にあった真珠は消えていたそうです。それを見た前世の弁論相手である外道の学者は、「前世と来世は本当に存在するのかもしれない」という（転生に対する）肯定的な疑問を抱くようになり、チャンドラゴーミンに前世と来世に関する法について尋ねてみたところ、チャンドラゴーミンは前世以上に磨きがかかった諸法を知る智慧をもって解説してくれました。彼の解説を聞いた外道の学者は、前世と来世が確実に存在することを認めて、仏の教えが真実であるという確信

ボルダー

を起こした後、チャンドラゴーミンの背を追って修行に励み、最後には立派な仏教のパンディタとなったそうです。

また、こちらは皆さんとも関わりがあるお話かもしれませんが、例えばカルマパについて考えてみると、カルマパ1世のトゥースム・ケンパ、2世のバクシ、3世のランチュン・ドルジェ、そして16世のリクペー・ドルジェ (rig pa'i rdo rje) に至るまでの歴代のカルマパは、全てニンマ派の『ラマ・ゴンドゥ』(bla ma dgongs 'dus) などの教典の中で、そのご寿命などについて直接授記されています。そして、カルマパ1世のトゥースム・ケンパがカルマパ2世のご父母などについて授記されているように、16世のリクペー・ドルジェに至るまでの歴代のカルマパの間で、前世のカルマパが来世のカルマパについて授記を残しているという事実も、前世や来世が存在することの証明と言えるでしょう。

ここまでは、歴史的な観点から前世や来世の存在について簡単にお話ししました。仏教の教典の中ではこの他にも、前世や来世が存在することを論理的に証明する詳しい考察が数多く示されていますが、今回はそれらのお話は控えることにします。

業や因果、前世や来世が存在するという観点は、仏教においてなくてはならない根本です。一般にこの世界には、業や因果、前世や来世などの存在について疑問視している人もたくさんいると思いますが、ここにお集まりの皆さんには、ぜひ、よく考えてみていただきたいのです。例えば、歴代のカルマパについて考えてみると、前世や来世が成立しているからこそ、前世のカルマパが来世のカルマパに授記を授けることができるのであって、もし前世や来世が成立していなければ、前世のカルマパが授記した通りに来世のカルマパが現れることもありません。また、来世に生まれた者が前世で体験した出来事を覚えていたり、前世での行いや事業を詳細に語ることができたりするはずもありません。転生したカルマパたちは、まるで私たちが昨日や一昨日の出来事を思い出すように、前世における出来事をはっきりと思い出すことができるのです。彼らのような者たちの存在は、前世や来世が存在するという確かな証拠となるでしょう。

また、業や因果が存在するからこそ、善を積めば必ず幸せがもたらされ、不善を積めば必ず来世では苦しみを伴う者や下等の者として生まれることとなります。不善業によって来世で三悪趣に生まれてしまったら、その苦しみは、今世の人間界の苦しみでは言い表せないほど広範かつ長期的に続く耐え難いものとなるため、今この時から細心の注意を払っておくべきです。一方、善を積めば極楽浄土などの浄土に生まれることができ、浄土ではこの世のいかなる幸せも比べものにならないほどの不可思議な幸福を得ることができますので、今この時から善を積むことに励んでおくべきです。

では、断つべき不善業と積むべき善業はそれぞれどのような業かといいますと、不善業とは他者を傷つけるあらゆる業のことで、例えば他者の命を奪うこと、他者の財産を盗むこと、他者を騙すこと、他者の仲を引き裂くこと、他者を傷つけるような言葉を発することなどを指しており、これらの全てを根本から断つべきです。反対に、善業とは他者を傷つけることのないように自分の身口意を守ることです。例えばジェットン・ミラレパは、かつて叔父や叔母から目の敵にされていたことで、輪廻は何一つとして実体を伴うことがないという真実に気づき、細部に至るまでのあらゆる不善を断ち切って、真の善を積む道を歩み始めました。

・大乘の顕教における修行法

大乘の法の根本は何かというと、まず、たとえ自分の命を失っても三宝を手放さない帰依戒を自分の心に授かり、次に、一切衆生のために菩薩の道を修行して、自分よりも他者を大切にすることを学んでいくことです。どのように学んでいくかということ、チベット仏教では「利益や勝利は他者に与え、損失や失敗は自分が引き受ける」、すなわち利益や勝利、幸せや楽しみなどは全て他者に与えて、苦しみや不幸は全て自分が引き受けるべきであると説かれています。こうした行為を最初から 100 パーセント完璧に行うことは難しいため、少しずつ段階的に実践していく必要があります。どのように実践していくかということ、まずは自他平等を修行していきます。自他平等とは何かというと、自分が幸せ

ボルダー

を望むように一切衆生も幸せを望んでおり、自分が苦しみを望まないように一切衆生も苦しみを望まないものなので、自分に対するのと同じように、一切衆生が幸せになり、苦しむことのないように力を尽くし、努めて慈悲心を修習していくことです。

これらを実践できるようになったら、次に、自分より他者を大切にする心を修習します。この修習の仕方については、ここではあくまでも代表的な例で解説します。

例えば、自分とは血縁関係のないある他者に対し、自分の実の子以上に大切に接しているにもかかわらず、その者はいつも自分を敵と見なして様々な危害を与えてくる存在であったとします。そのようであってもその者を恨まないだけでなく、たった1人の我が子が心の病にかかってしまった母親が、子にどれほど傷つけられても、ひたすらに子の病が治ることだけを願い、決して傷つけられたことを怒ることがないのと同じように、自分に危害を加えてくる者に対しても、利他の心を持てるように修行していきます。もし、大勢の人の前で自分が悪く言われたり、粗暴な言葉で傷つけられたりしたとしても、相手に反論したり復讐したりせずに、喜びと敬意をもって「私の過ちを教えてくれた人たちにこそ、ラマに敬意を表するかのように接するべきである」と考えましょう。また、自分は何もしていないのに、誰かに殴られたり、むちで打たれたり、ひいては頭を切り落とされたりしたとしても、その者を恨まないだけでなく、その者が幸せになり、苦しみから離れられるように願う心を修習していきます。

ジェツン・ミラレバもこれらの修行を行いました。ミラレバはロダク（洛札）のマルパ・ロツァワに師事した後に心の中に真の菩提心を起こし、かつて自分のことを目の敵にしていた叔父や叔母たちをも眷属として迎え入れ、彼らに正法や教えを説き示して正しい道に導いたのです。

ここにお集まりの皆さんは、ぜひ一度心の中でよく考えてみてください。最初にお伝えしたように、今回このようなお話をした理由は、今日ここにお集まりになられた仏教徒の皆さんの中で、これまで修行をしたことがない方であれば修行を始めるきっかけとなり、すでに修行中の方であればその境地を更に高めることができるに違いないと思ったからです。そして、仏教徒でない方や何

も信仰していない方であっても、きっと今日を契機に自然と仏の教えを好きになっていくであろうと思っています。

自分自身のことを考えてみても、きっと私たちは利他を進んで行う人のことが好きですし、危害を加えようとする人のことが好きという人はまずいないでしょう。ですから、仏の教えを心の中にまで染み込ませるのであれば、それはきっと、無害寂靜の道に真に住することではないかと思えます。心の中の怒りが減れば、体や言葉を使って人を傷つけることも減りますし、むしろできる限り人を助けたいと思うようになるはずです。8万4千の法門の要点も、その根をたどると全てがここに集約されます。このことをじっくりと考えたことがあれば、仏の教えを好きにならない理由はないのではないのでしょうか。

もう1つお話を紹介しましょう。昔あるところに、大自在天に摂受された外道のパンディタがいました。彼はかつて外道であったものの後に仏教へ転向し、自身が記したある作品の中で「外道の学説について考えれば考えるほど、私は守護者であるあなたに対する信心が湧き起こる」と述べています。つまり、外道の教えについて考えれば考えるほど、仏の教えに対する信心や喜びが湧き起こってくる、とおっしゃっているわけですが、私も彼のこの言葉は事実であると考えています。かつて、一部の外道の教えでは時に殺生も善であると考えられ、特に戦場で多くの人を殺すことは善であるとされていることもあります。仏は常にそれは悪であるとおっしゃっています。実際に考えても、自らの業に応じて相応の結果が実るので、衆生に危害を加えれば自分に苦しみをもたらされるだけで、何も得るものはありません。

また、妻や夫のいる人と邪淫をしてその家庭を壊すことも、一部の外道の教えでは善であると考えられるようですが、仏はそれも悪であるとおっしゃっています。善とは心身の調和をもたらすもので、調和を乱すものや危害を及ぼすものが善であるはずがないからです。

更に一部の外道の教典では、嘘について多くの人を欺き、誤った道に導くことも善であると考えられるようですが、仏は、正直に本当のことを話すことが善であるとおっしゃっています。仏のおっしゃっていることはきっと間違っていないし、それとは真逆の外道の教えはきっと善ではないでしょう。

ボルダー

内道の慈悲深き本師である釈迦牟尼仏は、真実のみを語るお方です。仏が生涯にわたって授けられた授記は、昔も今も全て真実であり、真実でない言葉は1つ也没有ありません。「このような法を修行すれば、このような結果を得られる」、「このような深遠な法を修行すれば、このくらいの期間で結果が実る」といったお言葉も全て揺るがない真実です。

有雪国チベットを例にとると、チベットは小さな場所ですが、そこで生まれ育った人々のほとんどが仏の教えを真摯に信奉しており、仏の教えの通りに修行して結果を得た人もたくさんいます。現在（1993年）の世界人口の50億人余りに対して、チベットの人口は600万人ほどですが、成就を遂げた修行者の割合を比べたら、きっと世界中のどの民族もチベット民族には敵わないと思います。もし皆さんが私の言葉を信じられなければ、ぜひ、いつかチベットにいらしているいろいろな場所を見て回ってください。そうすれば、あらゆることに納得がいくのではないかと思います。

チベット仏教には様々な学派や系譜があり、今回私がお話ししたのはそのうちの1つであるカギュ派の教えについてのみです。たとえチベット全土を訪れることができなかったとしても、ぜひ、ガリー（mnga'ris）にあるミラレバがかつて住んでいた小さな場所だけでも訪れてみてください。水に落とされても溺れることなく、火に焼かれても燃えることなく、眼前の山や岩を何の障害もなく通り抜けることができ、空を鳥のように飛ぶことができるなど、ミラレバの類いまれなる修行の境地は至るところに表れており、それらの痕跡が残る彼の居住跡地は今日でも巡礼することができます。

よくよく考えると、ジェツン・ミラレバの行いのどれ1つをとっても、仏教以外の宗教や他の民族にはなかなか見られない行為であるように思われます。これらのお話は私がでたらめにお話ししていることではなく、知らないことや分からないことはあっても、わざと嘘をつくことは決してありません。仏の教えをじっくり学んでいただくことで、きっと今まで仏教徒ではなかった方々も自然に仏の教えが好きになると信じています。



・大乘の密教における修行の手引き

最後に、清浄観 (lta ba rnam par dag pa) の修行についてお話しします。これは釈迦牟尼仏あるいは持金剛仏のお心にある法を直接修行するための方便です。清浄観の修行にはシャマタやヴィパッサナーなどの多くの修行方法があり、実際にジェツン・ミラレパが修行を通じて最終的に成就を遂げた、他と共通しない道でもあります。これらの密教金剛乗の法は、誰にでも伝授できる教えではなく、ごく一部の修行者にしか伝授できません。皆さんのラマたちもきっとお話しされてきた通り、この法は非常に素晴らしく優れた法ですが、まずはロジョン (blo sbyong、「心の訓練」の意) から始め、徐々にやさしい修行から難しい修行へと進めていき、最終的に密教の至高の境地にたどり着く必要があります。ごく一部の修行者を除くと、ほとんどの人にとっては会得しにくい法であるため、このような伝統的な修行の進め方は仏教の次第にも沿っています、個人的にも私はこの方法を好ましく思っています。もし皆さんがこれらの内容について何らかの疑問があるようでしたら、明日と明後日に予定されている時間に皆で集まり、ご一緒に討論をいたしましょう。

仏教を信仰していない方の中には、「もしかしたら、密教には他者に言えないような過失があるから秘密にされているのではないか？」とされている方もいるかもしれませんが、決してそのようなことはありません。密教には過失がないばかりか、教えの要点を語る上では小乗と大乘の顕教部分の教えよりも優れており、あらゆる人の信心と喜びを掻き立てるような教えです。だからこそ、チベットにいらっしゃるラマたちや、インドへ行ったカルマパと彼の4人の摂政、トゥプワン・ペマ・ノルブ・リンポチェなども、この唯一無二の究極の修行法を伝え広めておられるのではないのでしょうか。

では、それほどまでに喜ばしく深遠な教えをどうして秘密にする必要があるのかというと、仏の経典には「密教に過失があるからではなく、秘密裏に修行することで成就を遂げられるからこそ秘密にするのである」とあり、密教の教えに重大な過失があるがゆえに秘密にしなければならないということではなく、秘密裏に修行することが成就を得るための最も迅速な方法であるからこそ秘密にすべきなのだと言われています。

なぜ、秘密にすることで成就を遂げられるのかということ、例えばチベット医学における一部の薬には、患者に名称や調合方法を教えてしまうと効力がなくなり、患者に秘密にすることで大きな効力を発揮するものがあります。それと同じように、密教の教えも秘密にすることで成就を得ることができ、公開してしまったら成就を得ることができなくなってしまうという理由から秘密にされているのです。

ぜひ皆さんには、ジェツン・ミラレパのように、全ての道次第を体系的に修行していただきたいと思っています。仏法は聖地インドで生まれた教えですが、現在は私が授記されたように、チベットにもその全ての伝承が伝わっています。皆さんが敬い仕えるべきラマは、それらの伝承を受け継ぎ慈悲心を兼ね備えた者であり、そのようなラマがいたら、いかなる人物であったとしても師事すべきです。こうした行いは、皆さんに利益をもたらすことはあっても、危害をもたらすことは決してありません。

改めて考えてみても、アメリカにいらっしゃる多くの高僧大徳の方々は、法話を行ったり教えを伝授したりすることで、皆さんに大きな利益と幸せをもたらしてくださっています。これは誰の目にも明らかですので、皆さんも今後これらのラマたちがいらした時には、心から敬いお仕えするべきです。皆さんのラマ・リンポチェと私たちの相承系譜は同じです。たとえこの地にわずかなチベット人がいたとしても、もし皆さんのラマがこの地にいらしていなかったら、ほとんどの人が法を知ることはなかったと思いますし、基本的には心や行いで悪業を積むばかりで、自他に大きな利益をもたらすこともなかったかもしれません。聞くところによると、皆さんのラマはこの地に来て皆さんの道場を創設しただけでなく、他にも100所以上の道場を開いて多くの人々に法を説き、人々が今世と来世において幸せになり、苦しみから離れることができるように努めていらしたとのことで、これらの全てはチベットのラマのご恩だと思えます。

私のような者は皆さんにそこまで大きな利益をもたらすことはできません。年老いて病も患っていますし、おそらく今回の巡行を終えたら再びアメリカへ来る機会はないと思います。そのため、私が皆さんに利益をもたらすことは難

ボルダー

しいかもしれませんが、皆さんといつも一緒にいるこの地のラマたちは、皆さんの福德によって呼び寄せられた方々ですから、皆さんは彼らに敬い仕え、彼らのおっしゃる通りに善法を修行するべきです。私のみならず多くのラマたちにとって、チベットから直接アメリカに来ることは大変難しく、チベット人は様々な条件が揃わない限り、遠く離れたアメリカを簡単に訪れることはできないのです。

そのような中でチベットを出て、現在はインド等にいらっしゃるラマたちにも、敬いをもってお仕えしましょう。これらのインドにいらっしゃるラマたちも皆さんと密接な関係にある方々ですし、皆さんと同じ相承系譜のカギユ派のラマたちについては私が言うまでもないでしょう。テンギャム・リンポチェは仏教の教主で、聖者世自在（lokeśvara、'jig rten dbang phyug）の化身であるため、リンポチェにお目にかかり、その教えを耳にすることは大変有意義なことですし、皆さんがリンポチェとご縁を結ぶことができれば、きっと広大なご利益と果報がもたらされることでしょう。

現在インド南部にいらっしゃるトゥプワン・ペマ・ノルブ・リンポチェも、来年アメリカを訪問されるご予定のようです。リンポチェは旧訳古派の教えの教主であり、私などはリンポチェの相承系譜の中にいる小さなラマにすぎません。チベットにおいて、住職として受け持つ寺院を100所余り持ち、インドにおいても、袈裟を身にまとう出家者の方々をたくさん育成しておられるリンポチェのような大徳は、現代になかなかいらっしゃらないのではないかと思います。リンポチェのお人柄を見ても、ただひとえに一切衆生に利益をもたらし、決して危害を加えることのない素晴らしいラマであり、宗教的な側面から見ても、リンポチェは世界中のあらゆる宗教と調和を図りながら接していらっしゃって、特にニンマ派、カギユ派、サキャ派、ゲルク派のためにご尽力されており、仏教全体の発展と向上に努めていらっしゃいます。現在はテンギャム・リンポチェなどからニンマ派の教主にも任命されているので、ニンマ派の教主として主にニンマ派の教えに重きを置かれていますが、そのお心の中では全ての学派を同じように尊重し、お気にかけていらっしゃいます。もし今後このような偉大なラマであるリンポチェがこの地を訪問することがあり、

皆さんがリンポチェにお会いする機会を得られたなら、その時は必ず信心を起こして法を請い、ご縁を結んでください。そうすれば、皆さんにはきっと大きなご利益がもたらされるでしょう。

今アメリカにいらっしゃるリンポチェたちは、私と同じ場所からいらしている方々ですので、私も彼らのことをよく知っています。彼らも皆、仏の教えに従いひとえに衆生に利益をもたらしており、決して危害は加えることのない方々ですから、皆さんもどうか彼らの教えの通りに修行に励んでください。これもまた私の願いです。

つまりは、皆さんの思いと行いの全てが一切衆生に利益と幸せをもたらす因となり、特に皆さん一人ひとりが心の連続体に善良な心を起こすことができるよう、私は願っています。タシデレ！

法王は、最後の密教についての解説の中で、マハームドラーやゾクチェンの修行方法についての詳細をお話することはなさらず、各自で密教の誓言を正しく守った上で、密教の修行を行っている実績と経験のあるアメリカのラマや善知識に師事し、その方から密教の法を授かるべきであるとおっしゃっていました。ただでさえ、密教の修行は長期にわたり善知識に師事する必要がありますし、特に他とは共通しない特殊な修行ともなれば、尚のこと善知識の手引きが必要になりますので、法王は密法の修行の仕方については直接触れることなく、密法を修行するにあたっての方向性を示すのみにとどめられました。

命を呼び覚ますような体験

本書の執筆時より数年ほど前に私はアメリカで講演を行ったのですが、その時にリー・グロス (Lea Groth) という仏教徒の女性の方にお会いしました。彼女は幼い頃、1993年にアメリカを訪れた法王にお会いになっていて、当時、法王がマイル・ハイ教会で行った法話を拝聴していたそうです。彼女は「その日から自分の人生には不思議な変化が起こった」と、当時を振り返って次のように話してくれました。

当時 13 歳だった私は少し気分屋であり友好的ではなく、人というよりも 1 人で過ごしている方が好きな子どもでした。両親はヨーロッパ系アメリカ人で、2 人ともチベット仏教徒でした。両親が通っていた道場では、よくニマ派のラマたちをお招きして、様々な法事を催していました。宗教組織に帰属する者たちの 2 世である私には、気を紛らわせてくれる兄弟や姉妹はおらず、また両親に代わって面倒を見てくれる親戚もいなかったため、私は仕方なく、両親と一緒にそれらの行事に参加しなければなりませんでした。

ある時、とあるリンポチェがチベットからアメリカにいらして法話を行うという知らせを聞きつけた私たちは、自宅から 30 分ほど車を走らせたところにある教会に行きました。到着した教会に入ると中はいたって普通の建物で、そこが教会であるとはなかなか信じられませんでした。十字架も、ぶら下げられた神の子の像も、一切見当たらなかったのです。

生来批判的な性格だった私の心は、教会の中に入る直前まで、不機嫌で懐疑的な気持ちに満ちていました。そのような心持ちだったので、その日の法会がどのように始まり、どのように進んでいったのかもよく覚えていませんし、私たちがわざわざ会いにきた重要な人物が誰なのかさえも分かっていませんでしたが、執り行われている行事がいわゆる典型的なチベット仏教の雰囲気とは違っていただけにははっきりと覚えています。私は両親の影響で、きれいな絹織物に装飾された金色の法器を目にしたたり、読経を聞いたりすることには慣れていたのですが、その日はきらびやかな仏具も読経もなく、全体的にとても

簡素な雰囲気の中、説法者は肘掛け椅子に座り、他の人々は普通の椅子に座っていました。実のところ説法者が法話を始めるまでは、私の印象に残る出来事はありませんでした。

しかし法話が始まると、説法者の声が教会内に深く響いて、まるで私の心の中にまで入り込んでくるようでした。当時の私は、発せられる言葉の意味をほとんど理解できませんでしたが、その声は私の心にとっても深い感覚を残しました。

正直に言うと、最初は少し退屈していたのですが、いつまでも退屈し続けていることに我慢ができない性分だった私は、ステージ上の人々を観察し始め、特に話をしている年配のチベット人の男性をじっくりと観察することにしました。すると、今でもはっきりと覚えているのですが、その男性も同じタイミングで私のことを見ていたのです。

もしかしたら、私の勘違いや記憶違いかもしれませんが、けれども、目が合ったその瞬間に、私の中でゆっくりと何かが開かれ、深い理解が生まれたことが分かりました。教会のカーペットや壁、椅子などの全てが空になり、透明になり、非現実的なものになったのです。それまで感情に支配されていた思考の渦が静まり、ストレスを感じてホルモンバランスを乱しがちだった思春期の私の心と頭は、一時的になだめられ、穏やかに沈黙しました。

それまでも私は両親と共に多くの法事に参加してきましたが、皮肉なことに、あの日、法話が終わって教会を出た時に、私はようやく単なる探求者から真の仏教徒になれたのだと思っています。それ以来、私は確信が持てるようになり、迷うことがなくなりました。法話の内容も、説法者である偉大な先生のお名前すらも分かっていますでしたが、それでも私の中に起きた大きな変化を忘れることはありませんでした。

後日、母に何度も偉大な先生のお名前を尋ねたのですが、母もチベット語のお名前を覚えることが不得手だったため、長い間お名前を知ることができませんでした。

けれども、これも何かのご縁でしょうか、私は編集の仕事を通じて再びラリン五明仏学院とのつながりを得ることができたのです。そうしてやっと、当時

ボルダー

の私に大きな変化をもたらし、人生の方向性を示してくださった偉大な先生が、法王ジグメ・ブンツォク・リンポチェであったことを知りました。あの日、法王が私の心を導いてくださったからこそ、私は本当の帰依処である仏法に立ち返ることができたのです。

彼女の身に起こった出来事は、法王の不可思議なご加持を表すには十分ではないでしょうか。大成就者たちは、実際に法を説くことで人々の心に変化をもたらすことができるのはもちろんのこと、そのお声や視線だけでも人々に大きな変化をもたらすことができるのです。特にご父母の方々は今後もお子様とご一緒に、徳を備えたラマにお会いしたり、仏教行事に参加したりすることで、善のご縁が心に深く根ざしている子どもたちにとっては、彼らの輪廻のページが書き換えられるきっかけとなるかもしれません。

シャンバラのお話

6月27日、法王は再び金剛界のカルマゾン瞑想センターを訪れ、シャンバラの歴史や起源、この道場とシャンバラの関係性について、次のようにお話になりました。

私は有雪国チベットからアメリカへ来て、今日は「第2のシャンバラ」と呼ばれている場所にも来ることができました。

本家のシャンバラは、世界的に有名な仏教の五大聖地のうちの1つです。仏教の五大聖地とはそれぞれどのような場所かと言うと、1つ目は世界の中心に位置する、三世の諸仏が悟りを開いた聖地であるインドのブッダガヤ、2つ目は東方に位置する、守護者文殊菩薩が今でも実際に住んでおられる五台山、3つ目は南方に位置する、聖者観音菩薩が実際に住んでおられるポタラ山、4つ目は西方に位置する、オギエン・ペマ・ジュンネが実際に住んでおられるウディヤーナのダーキニーの州、あるいは銅色吉祥山 (zangs mdog dpal gyi ri bo)、そして5つ目が北方に位置するシャンバラです。

シャンバラはどこに存在するののかと言うと、神足通を使って 12 年かけてようやくたどり着ける場所に存在します。そこにはかつて、聖地インドのツィルパ・パンディタ (tsi lu pa paṇḍita) など多くの智者が訪れたことがあり、街全体の外観は八花卉の蓮華のような形をしています。どのようにして八花卉の蓮華のような形で存在しているのかというと、中央にカラーパ (kalāpa) と呼ばれるシャンバラの都があり、その周りには全部で 9 億 6 千万の小さなシャンバラの街が花卉のように配置されており、シャンバラの川は全て中央のカラーパの都に向かって流れています。



シャンバラの王統としては、7 人の法王 (dharma^rāja、chos rgyal) と 25 人のカルキ (kalki、rigs ldan) が順番に王として即位します。

7 人の法王のうち 1 人目の法王ダワ・サンポ (zla ba bzang po) は、釈迦牟尼仏が涅槃なさる間際に、インド南部のダーニャカタカの塔で『カーラチャクラ・タントラ』の教えを説いていた時におそばにいた最初の眷属です。彼が結集した法は『吉祥なる時輪の根本タントラ』(dpal dus kyi 'khor lo'i rtsa ba'i rgyud) または『シュリー・カーラチャクラ』(śrī kālācakra) と呼ばれています。この法はどのくらいあるのかというと、ダワ・サンポが心の中に記憶していた法は 1 万 2 千のシュローカ (śloka) に要約されており、彼のご子息や後継者たちが主に解説と聴聞を交互になさっていました。

7 代にわたる法王の摂政期間中には、シャンバラの街にもかつてのインドのように、クシャトリヤ (kṣatriya、rgyal rigs、王族を指す)、ヴァイシャ (vaiśya、rje rigs、商人を指す)、シュードラ (śūdra、dmangs rigs、隷属民を指す) の種姓制度が敷かれており、大多数の種姓は法を聴聞することを許されず、一部の種姓だけが法を聴聞することを許されるという決まりになっていましたが、そ

の後、カルキによって種姓制度が撤廃され、全ての人が同じカルキの種姓に統合されました。最初のカルキであるジャムベル・タクパ ('jam dpal grags pa) はニメー・シンタ (nyi ma'i shing rta) などの 10 万人の眷属に、『吉祥なる時輪の根本タントラ』の趣旨を要約した『時輪の要約タントラ』(dus 'khor bsdus rgyud) という 5 章からなる教えを伝授し、彼のご子息であるカルキ・ペマ・カルポ (pad ma dkar po) は、要約タントラの意味を解説した注釈書『広釈—無垢な光—』('grel chen dri med 'od) を執筆しています。

その後、根本タントラ、要約タントラ、要約タントラに対する注釈書はインドに伝え広まりました。またチベットにも根本タントラと、要約タントラ of 全章、要約タントラの注釈書『無垢な光』の全章が伝わり、チベット語に翻訳されています。

インドに『時輪の要約タントラ』が現れ、チベットに『カーラチャクラ』が伝わった 1027 年は「ラブチュン」(rab byung) と呼ばれています。「ラブチュン」はチベットの仏教用語で「法が現れる」という意味があり、チベットに『カーラチャクラ』の教法が伝わり広まった素晴らしい期間であることを示すために、このように名付けられました。ラブチュンは、中国の暦の数え方に合わせて 60 年ごとに一巡とされていますので、『カーラチャクラ』がチベットに伝わってから、今年 (1993 年) で第 17 ラブチュンの 7 年目となります。

さて、シャンバラでは先王が退位されるとすぐに次の王が即位されます。一般にカルキの在位期間は 100 年間とされており、ギェルカ (rgyal dka') とナムギェル・ギャムツォ (nam rgyal rgya mtsho) の 2 人を除く 23 人の在位期間は全員同じ年数となっています。即位後は 100 年間にわたって、シャンバラの 9 億 6 千万の街に暮らす人々に『カーラチャクラ』の法をお説きになるのですが、ギェルカとナムギェル・ギャムツォは合計で 403 年間在位しており、ナムギェル・ギャムツォは 182 年、ギェルカは 221 年にわたって法輪を転じられました。

現在即位しているカルキは、第 21 代カルキのマガクパ (ma'gag pa) であり、今年彼は即位してから 67 年目になります。彼の退位後は第 22 代、第 23 代、第 24 代と新たなカルキが順次に即位していくこととなります。

その後、第25代カルキのタクポ・チャクキ・コルロチェン (drag po lcags kyi 'khor lo can) が即位する頃には、世界中の仏法が滅んでおり、仏法の名称でさえも聞くことができなくなっていると言われていました。それだけでなく、雪山に囲われたシャンバラの内外の城のうち、外側の城は全て蛮族の魔軍に占領され、魔軍は更に内側の城へ侵攻しようとしませんが、その時、カルキのタクポ・チャクキ・コルロチェンは勃然と怒りをあらわにし、完全武装して神変により現れた石の戦闘馬に乗り、鉄輪を宙に振りかざし、様々な武器を携えて、右回りに南瞻部洲、東勝身洲、西牛貨洲を巡回しながら、1年に及ぶ戦いを繰り広げ、蛮族の邪教と魔軍を全て制圧し、四大洲に再び仏教を伝え広めるであろうとも言われています。更に、彼はその後100年にわたってシャンバラを統治し、ブラフマー (brahmā) とスレーシュヴァラ (sureśvara) の2人のご子息に恵まれ、その2人の王子によって『カーラチャクラ』の教えは以後数千年にわたって滅びることなく栄えていくであろうと言われていました。

さて、ここまででシャンバラの歴史と起源について簡単に紹介してきましたが、皆さんのラマ・リンポチェは、まさに未来のシャンバラにカルキとして現れるタクポ・チャクキ・コルロチェンであると言われていました。彼は今世でもそのための縁起づくりをされており、軍官のような軍装を着用して大勢の護衛軍を擁していました。

ここにお集まりの皆さんがリンポチェから教えを受け、彼から法の伝承を受け継いでいることは、大変幸運なことだと思います。一般的に言えば、カギユ派などの法を修行している人の全てが、そして特に、リンポチェと同じ法を修行している人の全てが、彼の部下の将校として転生するであろうと言われていています。では、リンポチェが修行していた法は何かというと、私が昨日お話ししたようなジェツン・ミラレパの全ての修行次第です。そして、その中でも彼が特に重きを置いて修行していたことは、仏教全体で提唱されている、唯一無二の無害寂靜の善き道である慈悲心です。

もしかしたら皆さんの中には、「確かに私たちのラマはとても偉大で、他の何者とも異なる素晴らしいお方だが、彼が慈悲心を主として修行していたという事実は、一体どこに表れているのだろうか？」と考える方もいらっしゃるか

ボルダー

もしもですが、実は彼の行いこそが、ひとえに慈悲心の実践に他ならないのです。もし彼が富や名声を求めるような人であれば、それこそインドやチベットにいた方が、アメリカにいるよりもはるかに多くの富や名声、利益、賞賛を得ることができたはずです。チベットやインドには、教えを持する大徳たちがたくさんいますが、アメリカではごく一部の人を除くと、ほとんどの人には仏のお名前を聞く機会も、法の教えをほんの一言聞く機会もありませんでしたし、街で僧侶を見かけるということもありませんでした。ですから、彼がアメリカにいらして、この根本道場や100所余りの支分の道場を開いたことは、かつてのどのラマも成し遂げることのなかった広大な事業と言えるでしょう。このような行いを見るだけでも、彼の心の中の慈悲心を表すには十分すぎるのではないのでしょうか。

私が皆さんに対して皆さんのラマの功德を紹介するというのは、まるで他人が人の家でその人の家族について紹介するようなもので、大変おこがましい気持ちになりますが、私は遠く離れた国で、ずっと前からリンポチェのお話を耳にしており、今回ここに来てからもリンポチェが行ってきたことに驚嘆し、より一層の喜びと信心が込み上げているので、リンポチェのお話が思わず口からあふれ出てしまいました。チベットには「針を作る家で針を売るようだ」ということわざがあり、針を作る人に針を売っても商売にならないという意味合いなのですが、今回はまさにそれで、リンポチェの弟子である皆さんに向けてリンポチェを語るということは、少し余計だったようにも思われますし、もし私が皆さんのラマについて何か間違ったことをお話ししていたとしたら、どうかお許しください。

法王は、続いて『37の菩薩の実践』の口伝を読み唱えた後、次のように述べられました。

『37の菩薩の実践』は、あらゆる仏の教えの真髄を要約したものです。これを見たり、聞いたり、読み唱えたり、その内容を実践したりすることができれば、今世においては長寿無病となり、広大な享受に恵まれ、名声が広まり、願

いが成就して、来世においては西方極楽浄土という体と心にわずかな苦しみも伴わず、不可思議な幸福に満ちた場所に難く生まれることができます。

きっと皆さんの一番の願いも、今世と来世に幸せがもたらされ、苦しまないようになることだと思いますし、今回私が欧米諸国に来た大きな理由も、より多くの人々が幸せになり、苦しみから離れるために何かできることがあるかもしれないと思ったからです。私たちは同じ願いを抱いており、



、私がチベット語で口伝を読み唱えたのも、その願いをかなえるためです。もし皆さんが信心を起こしてこれを聞くことができれば、たとえ言葉の意味が分からなくても、語句を聞いただけで不可思議なご利益がもたらされるでしょう。

この法はチベットに現れてからというもの、ニンマ派、カギユ派、カダム派、チョナン派、サキャ派などの各学派で同じように修行されてきました。

この法には、仏と仏の追隨者を含む、インドやチベットなどの異なる場所に現れた教えを持する大徳たちが説いてきた修行の要点が全て要約されており、その真髄の中の真髄とも言える究極の要点は何かというと、一切衆生に危害を与えることなく、慈悲心を育むということです。

もし皆さんがこの教えを心得ていればそれで十分であり、まだ心得ていないのであれば、他のラマたちにこの教えの語義を解説していただきましょう。皆さん一人ひとりがこの教えを修行していけることを、私は合掌してお祈りしています。

ボルダー

服を作ったこと

法王の付き添いとして海外へ行く時には、自分だけで外出する時とはわけが違うので、私はいつも自分の服や荷物をできるだけ減らすようにしていたのですが、今回滞在していたアメリカは、昼間は日差しが強くて朝晩が少し冷えるため、私は追加で上着が必要になりました。



提供：Hanne Riegg-Luedge

教え、なんとか縫製をお願いすることができました。ほどなくして縫い上がった服は、着心地も良くサイズもぴったりで、その後の旅路の行く先々で大変役立ちました。

しかし、インドやネパールなどとは違って、アメリカでは僧衣を売っているお店がなかなか見つかりませんでした。そこである日の午後、私は空いた時間を使ってボルダーの近くにある街に行き僧衣を探し回ったのですが、結局、私のような出家者が着る服を見つけることはできませんでした。私は仕方なく、布を買って仕立ててもらおうと考えたのですが、赤い布地もなかなか手に入らず、ようやく購入できた1枚の赤い布地を仕立屋に持っていくと、今度は仕立屋で「出家者の服は作ったことがないので作れない」と断られてしまったのです。けれども幸いなことに、私は以前にも衣服を作ったことがあったため、その場で布を切り分けた上で仕立屋に縫い方を

私はいつも余分な服を他の方に差し上げるようにしているのですが、この服は帰国後もなかなか手放す気にならず、今でも外出する際によく着ています。布地がとてもしっかりしているので、30年着ても色落ちや型崩れがありません。ただ、私が当時より少し太ってしまったためサイズが少し窮屈になってきているのですが、それでもまだ着ることはできています。



本当はこのような私の個人的な出来事は、ラマ（法王）のご様子や仏法などに比べて、取り立ててお話しするまでもないことですが、ここまで書き進めたところでちょうどこのエピソードを思い出したため、取捨選択をせずに思い浮かんだまま書き記しています。

金剛界とのお別れ



6月28日、法王は金剛界の管理者やその他の道場の高僧大徳たちにお会いして、法話とご加持を行われました。

6月29日、ボルダーに滞在する最後の日に、法王は皆さんとのお別れに際して次のようなお話をされました。

ここボルダーは普通の街とは異なり、「第2のシャンバラ」と呼ばれる特別な地です。この第2のシャンバラを訪れ、皆さんのような仏教

ボルダー

徒の方々と仏法の交流を深めることができたことは、大変素晴らしいご縁であり本当に嬉しく思っています。

私はチベットにいた時にも、かねてよりアメリカを訪れたいと思っていました。今回の海外巡行を実現することができたのは、インドやアメリカにいらっしゃる教えを持する大徳たちの計らいと、道場の皆さんが提供してくださった順境のおかげです。金剛界あるいはヴァジュラダートゥと呼ばれるこの道場の存在を知った時、私は喜びに満ちた気持ちになりました。これは決して大げさな表現ではありません。このことから、この道場と私との間には宿世の良縁があるのであらうと思っています。皆さんは、強い外交力によって中米両国の大使館や関係部署との関係を取り持ってください、私を招聘するためにお力添えくださっただけでなく、航空券、食費、宿泊費などの多額の出費もご負担くださいました。皆さんには、たくさんのご迷惑をおかけしてしまいましたが、多大なるご支援に心より深謝申し上げます。

最後に、今世のうちに私たちが再会できることを祈りつつ、それがかなわなくても、いつか西方極楽浄土か北方シャンバラで、私たちが再会できることを願っています。

法王がこのようにご挨拶された後、ケンポ・ナムドルがボルダーでの数日間を締めくくり、次のように述べられました。



この数日間に、法王は多くの素晴らしい法話を行ってくださり、私たちもたくさん得るものがあったと思います。私はインド南部のナムドルリン高等仏教学院 (rnam grol mtho rim slob gling, ナムドルリン僧院) の教師で、学生たちの仏教学における学びのレベルを引き上げるためにこれまで 3

回チベットを訪れ、法王ジグメ・プンツォク・リンポチェに師事し、顕密の教えを学んできました。今回はペノル法王のご用命で法王にお付き添いし、おそばでお仕えています。

この道場にいらっしゃる皆さんは、信心、敬い、仏法に対する意欲のどれを取っても、とても素晴らしいと思います。中には、学習や修行が高度なレベルに達している方々もいらっしゃるでしょう。しかしそれでもチベットの仏教学院の学生たちと比較すると、きっとまだ伸び代があると思います。

チベットではラマに師事した後、経や論に説かれている通りに修行していくのに対し、西洋ではラマのおっしゃることのみに従っているという方も多いようですが、ラマといってもいろいろな方がいらっしゃるのでもし今師事しているラマが顕密の教理に十分精通している方ではない場合には、そのまま師事し続けていくことは少し危険かもしれません。皆さんは長年にわたって教えの通りに修行を行ってきていて、これまでもカギユ派とニンマ派の教えを一視同仁の心で修行してきたと思いますので、ぜひこれからも、今まで以上にゾクチェンとマハームドラーの修行に励んでいただきたいと願っています。

続いて、金剛界の代表から法王に感謝の言葉が述べられました。

法王、あなたは私たち金剛界からの招待状をお受け取りになった時にとっても嬉しかったとおっしゃっていただきましたが、私たちも、あなたのお名前を伺い、あなたのお写真を見た時に、同じように心の中に大きな喜びが込み上げてきました。あなたがここにいらしゃったことは本当に奇跡です。

私たちはあなたの驚くべき成就について詳しく知るにつれ、困惑しながらも、感動と興奮で胸がいっぱいになり、この世で最も奥が深く、最も実行し難い奇跡は、他者に慈悲心を持つことであると実感させられました。あなたが未来において、シャンバラのカルキであるタクポ・チャクキ・コロロチェンの部下の将軍となられる時には、私たちも自ら進んであなたを取り巻く勇者になるとここに願いを立てます。本当にどうもありがとうございました。

ボルダー

この後、ラマ・ムンツォが皆さんに文殊菩薩の灌頂を伝授し、ボルダーでの法王の弘法活動は幕を閉じました。





提供：Sean Bagshaw

ROCKY MOUNTAINS, USA

3 駅目

6月30日～7月6日

アメリカ

ロッキーマウンテン

スケジュール

SCHEDULE

- 6月30日 ロッキーマウンテン・ダルマセンターに到着
- 7月1日 『文殊静修ゾクチェン』の灌頂と法話
- 7月2日 午前に『ガルダの羽ばたき』第1回目の法話
午後に『ガルダの羽ばたき』第2回目の法話
- 7月3日 午前に『ガルダの羽ばたき』第3回目の法話
午後に『ガルダの羽ばたき』第4回目の法話
- 7月4日 午前に『ガルダの羽ばたき』第5回目の法話
午後に大きな塔の前で法話
- 7月5日 午前に『プルパ・グルククマ』の灌頂と法話
午後に公開講演会を開催
- 7月6日 午前に道場の管理者およびドルジェ・カスンの方々との面会
午後に『文殊静修ゾクチェン』の要義に関する法話と
お別れのご挨拶

ロッキーマウンテンのふもと

6月30日、美しいボルダーの街を出発した私たちは、まるでジェットコースターにでも乗っているかのように北に向かっていくつもの山々を越え、2、3時間後ようやくロッキーマウンテン・ダルマセンター (Rocky Mountain Dharma Center) に到着しました。



ロッキーマウンテンはチベットにおけるヒマラヤ山脈に相当する北米最大の山脈で、数千キロメートルにわたって凹凸の連なる山並みが広がっており、山頂の雪解け水が西は太平洋に、東は北極海と大西洋に向かって流れ込んでいます。



法王が宿泊した木造の小屋

7月のロッキーマウンテンは、暑くも寒くもない心地のよい気候でした。森林、湖、草原、そして氷河があり、明るく澄んだ空にはきれいな風が吹いてい

ロッキーマウンテン

て、川の水は清らかに透き通ってきらきらと輝いていました。このような大自然の中に身を置いていると自然と心が清められていき、まるでチベットの先代の大徳たちがリトリートを行っていた寂静処を訪れているような心持ちになりました。

ロッキーマウンテン・ダルマセンターはチベット仏教のカギユ派の伝承を受け継ぐ道場で、修行者の大半がアメリカ人です。彼らは山の上に建てた木造の小屋やテントで暮らしながら長年にわたり世俗の喧騒を離れてシャマタの修行をしており、6



年以上もリトリートを行っているという修行者もたくさんいました。修行者たちは法王の来訪を大変喜び、深遠な灌頂と密教の要訣を授かることを強く希望していました。

たわいのない雑談

ロッキーマウンテンに着いた日の午後、法王は簡単な法話をされてから、修行者たちに頭頂へのご加持を授けられました。その後わずかな休憩をお取りになられてから、法王は木造の小屋の外におかけになって遠くの森林や山々、周囲の美しい風景を鑑賞しながら、くつろいだ雰囲気の中でギャトゥル・リンポチェたちとの雑談を楽しまれました。





ギャトゥル・リンポチェは幼少期にドマン寺でトゥルクに認定された後、アメリカで仏法を伝え広めてこられた方で、雑談の中でドマン寺について次のようにお話しされました。「私はいつか再びセルタ（色達）とドマン寺を訪れたいと思っています。以前、トゥルク・ヤンタン・リンポチェ（g.yang thang rin po che）のご用命で一度ドマン寺を訪れたことがあり、その時はタンゴ（炉霍）に着いてすぐにドマン寺へ直行しました。トゥルク・ティシュタ・リンポチェは私が突然目の前に現れたので驚かれて、私に『どうしてあなたが突然ここにいらっしゃるのですか？ あなたがいらっしゃるなんて思いもありませんでした』とお尋ねになりました。私は『皆さんが私の訪問をお知りになれば、きっと様々なおもてなしの用意をして迎えようとなさるに違いないと思い、訪問することを事前にお知らせしませんでした。私は昔のまま変わっていませんし、むしろ今では昔の私にも及ばなくなっていますので、皆さんに事前にお伝えしなかったのです』とお答えしました。当時のドマン寺は再建されたばかりで、20 部屋から 30 部屋ほどの僧侶の寄宿舎に、50 名から 60 名ほどの僧侶が住んでいました。私はぜひともドマン寺に仏学院を創設するための力になりたいと考えていたのですが、様々な事情からかないませんでした。ラマと三宝のご加持によって、ドマン寺の今後が良い方向に向かうよう願っています」。

ロッキーマウンテン

法王は「もし関連部署の許可を得られれば、ドマン寺の建設に大きな問題はないと思います。リコクマ (li khog ma) は比較的大きな部落ですから、部落の人口を考えるとドマン寺はそれほど大きくはありませんが、総体的に考えると栄えている寺院であると思います。今、リコクマには上部と下部で1,000 戸以上の人家がありますが、住



民は調和を保って暮らしており、ラマたちのおっしゃることには必ず従い、教えの通りに行動して一言も背くことはありません」とおっしゃいました。

この後、法王はギャトゥル・リンポチェにアメリカにおける仏教の現状についてもお尋ねになり、また、他のいくつかの話題についてもお話をされていました。

欧米人の時間感覚

アメリカではどの仏教道場でも時間管理が徹底されており、長期の予定では数か月あるいは数年先まで、短期の予定では数時間あるいは数分単位で、緻密なスケジュールが組まれていて正確に管理されていました。行く先々の道場の各部屋には必ずスケジュール表が配布されていて、調整や変更が生じた際には必ず事前に周知されました。

西洋の方々は極めて予定に厳しく、何事においても時間厳守を重視しているようでした。例えば、今回の巡行での法話の時間は、通訳と読経を含めて毎回2 時間と定められていたので、参加者の方々は法王に対しても遠慮することなく、2 時間を超えそうになると挙手し、「終了時刻になるので私たちは帰らなければなりません。予定の時間を過ぎたら駐車場の料金を追加で支払わなければならないとなってしまいます」と申し立て、逆に2 時間未満で終えようとする、それがわずか4、5 分前だったとしても、「まだお話を続けてください。私

たちはきっかり2時間分の料金を支払っているのですから」と申し立てていました。西洋では東洋と法話の在り方が異なっていて、法話を聴講するために料金を支払う必要があったのです。

そのような状況でしたので、『チェツン・ニンティク』の灌頂を伝授された時などは、儀軌が長編のため灌頂が長引いて2時間で終わらないことが分かった時点で、「予定の時間を過ぎてしまいますが灌頂を中断することはできないので、あと30分ほど皆さんのお時間をいただけますか」と法王ご自身が参加者にお詫びとお願いをされたほどでした。

私たちは、最初のうちは西洋の時間厳守の考え方にあまり馴染めませんでした。チベットでは法話を行う際の取り決めはほとんどなく自由な形式で行われており、話者が詳しく解説したいと思えば数時間続くこともありますし、軽めの解説で終えようと思えば数十分で切り上げることもあるのですが、時間管理が徹底されている西洋では、予定した時間を過ぎることも、予定した時間に満たないことも許されないのでした。



その理由を伺ってみると、西洋では、時間を守ることは相手への尊重を示す行為であると考えられており、日頃から約束した時間を守らない者は周りから人間性を疑われてしまうことになるので、特に公の場では時間厳守が重視されているのだということでした。つまり、1人が約束の時間を守らないと多くの人に迷惑が及ぶという考え方は、誰もが1日のうちにこなさなくてはならない予定があり、前の予定が長

引くとその後のすべての予定に影響が出てしまうため、皆が予定を守るということは、西洋では極めて当然のことだと考えられているのです。

このことをお知りになった法王は「郷に入っては郷に従え」ということで、法話や灌頂をはじめ、何をなさる時も常に腕時計を見ながら時間通りに進行で

ロッキーマウンテン

きるように配慮されていました。そして、私もその時から時間を守ることを心がけるようになり、法話や会議、あるいは会食など、用件にかかわらず何事においても約束した時刻に遅れることがほとんどなくなったのでした。

法門を開く 3つの理由

法王は、ロッキーマウンテンの仏教道場の修行者たちに、7日間にわたって密法を伝授されました。

7月1日、法王が『文殊静修ゾクチェン』の灌頂を伝授される前に、ギャトウル・リンポチェが次のように述べられました。

まずは、皆様ようこそお越しくださいました。特に、各地からわざわざこの法会のためにお越しくださった皆様を心から歓迎いたします。このような素晴らしい集まりは、無数劫の昔より資糧を積み、障害を清めてきた成果ですから、私たちはこのような法会を重視すべきですし、特に今回、法王のように偉大な成就者にお越しいただけたことは、大変な幸運でもあります。法王は現代におけるオギエン・リンポチェの化身そのもので、正真正銘の「見る解脱」であり、「聞く解脱」であり、「触れる解脱」である存在です。私たちはきっと今回の行事を通じて自らの心にもとより備わる仏性を目の当たりにし、全ての生において利益と幸せを得られるようになることでしょう。

私たちが法王にお会いできているのも、自らの福德の力により心の鏡の汚れを取り除いてきたことで、慈悲深きお姿が示されたからに他なりません。法王は今、皆さんの目の前にそのお姿を現しておられますが、もしかしたら皆さんの中には、そのお姿がどなたであるのかが分からないという方もいるかもしれないので、改めて私からご紹介いたします。しかしこれもまた、盲目な皆さんを同様に盲目な私が先導しようとはがいているだけなのかもしれません。

私たちはこの福德を大切にしつつ、法王のお体にご負担がかかることのないよう努めましょう。お年を召された法王は長旅でお疲れになられているでしょうし、様々なご加持によって衆生にご利益をお与えにならなくてはなりません



から、私たちは法王のご様子をよく観察し、適宜休息を取っていただけるよう気を配るべきでしょう。皆さんも時間を気にして腕時計を見るのではなく、自分の来世に関心を向けましょう。私たちが最も気を配るべきは法王のお体であり、聴講料を支払っているのだからとラマを商品のように考えてはなりません。法話を聴聞するためにお金を支払う必要があるというのはアメリカの道場における通例のルールですが、だからと言って法王の教えを「お金と引き換えに受けられる当然のサービス」のように考えたり、法を聴聞するための行事のある種のビジネスの機会であるかのように考えたりするのではなく、この時間を、福德を積むための一生にまたとない、黄金よりも貴重な好機であると考えましょう。

あまり長く話し込んではいけませんね。グル・リンポチェ（法王）をお待たせしているということで私も緊張してきましたので、この辺りでお話を終えることにします。

続いて法王は灌頂の伝授を始められ、今回密法を伝授するに至った3つの理由を次のようにお話しになりました。

今日、吉祥で円満なこの時に、私は深遠なる密法的大门を開こうと思います。一般に、この法は誰彼構わずに解説したり灌頂を授けたりすることが許されていない「教えの印」(bka' rgya) を持つ密法であり、密法の解説や聴聞を行う

ロッキーマウンテン

ためには、ラマは長年にわたって弟子を観察する必要がありますし、弟子も長年にわたってラマを観察した後ようやくそのラマから教えを受けることができます。それでも私が今回皆さんにこのような深遠なる密法の灌頂と教えを伝授することを決意したのは、主に次の3つの理由からです。

1つ目の理由は、皆さんは皆さんのラマ・リンポチェのご指導に従い、最初はシャマタから始めて順次に全ての道を修行されており、最初から高度な修行を始めるのではなく、共通する道を全て修行し終えた後に、共通しない道を修行する段階に進むという方法で修行されています。このように信頼できる好ましい方法で修行を進められている皆さんに、私は貴重な密法における心を成熟させる灌頂と心を解脱させる教えを伝授したいと思ったのでした。

2つ目の理由は、皆さんと私はかつての願いでつながっていて、素晴らしいご縁があると思ったからです。この点を鑑みて私はこの法門を開くことに決めました。どうして私たち師弟に前世からの素晴らしいご縁があると感じたのかというと、私がチベットで数千人の僧侶たちに法を説き、数十万人の仏教徒の方々と法のご縁を結んでいた時に、私のもとには自分と同郷で同じ相承系譜の方々から多くの招待状が届いていたのですが、その中でも皆さんからの招待状が届いた時には、不思議と言葉に言い表せないような嬉しい気持ちになったのです。このような気持ちは私の視点から見て皆さんとご縁がある証しだと思いますし、きっと皆さんの視点から見ても私とは前世からの深いご縁があるのではないかと考えています。なぜかというと、皆さんの道場が適当な気持ちでラマたちをご招待されているわけではないことは分かっていたのですが、更に皆さんが私の名前やプロフィールを聞いてだけで大変喜んでくださり、東方アジアの国に招待状を何度も送ってくださったことを伺っていたからです。そのため、私たち師弟にはきっと前世からの素晴らしいご縁があるに違いないと感じて、今回この法門を開くことにしたのです。

3つ目の理由は、皆さんのラマ・リンポチェはアメリカへ来られてから数十年かけて、皆さんの修行のために様々な基盤を整備された後、現在は一時的に法界へ舞い戻っておられますが、もしかしたら、彼が残された事業を守ろうとしている私のような者にも、皆さんとご縁を結ぶ機会を与えてくださったので



五台山で弟子たちに法語を行われている法王

はないかと思ったからです。そのため、今回は密教の灌頂の法門を開くことにしました。

以上の3つの理由から、私は皆さんに、まずは心を成熟させる灌頂を伝授しようと思います。皆さんは、「虚空のように果てしなく存在している、生きとし生けるもの全てを仏の境地に至らしめるために、自分は深遠なる密教の灌頂を授かり、全ての教えを修行するのだ」と考える心を起こして聴聞してください。

これから皆さんに伝授する法は、1987年に私が1万人のチベット人と多くの漢族やモンゴル族の弟子たちを連れて東方の五台山へ行き、守護者文殊菩薩の御前で何度も普賢の大願を起こした後、最後に文殊菩薩のお心のご加持の力から現れて、私が授かった『文殊静修ゾクチェン』の灌頂です。

.....

『ガルダの羽ばたき』第1回目の法話

7月2日から4日にかけて、法王は『光り輝くゾクチェンにおけるテクチューの見解の道歌—地道を余すことなく速やかに進む力強いガルダの羽ばたき—』（'od gsal rdzogs pa chen po'i khregs chod lta ba'i glu dbyangs sa lam ma las myur du bsgrod pa'i rtsal ldan mkha' lding gshog rlabs）を5回の法話に分けて解説されました。毎回の法話は



簡単な語義上の説明にとどめられ詳しい解説は行われなかったため、私もここでは全ての内容を書き起こすのではなく、一部のお話を抜粋するのみにとどめています。

7月2日、法王は法話を正式に始められる前に、皆さんに次のような呼びかけをされました。

それでは、これから皆さんにご縁のある法を解説していきます。

法の聴聞、修行、礼拝、右邊、懺悔など、普段いかなる善事を行う時にも、最初に至高の菩提心を起こすことは必要不可欠なことです。では、どのようにして至高の菩提心を起こすのかというと、「虚空に等しい生きとし生けるもの全てのために、自分は永遠の幸せである無上正等覚の仏の境地を成就するのであり、その仏の境地を楽に、そして速やかに成就するために、この深遠なる法を修行するのだ」と考えましょう。これが至高の菩提心を起こすということなのです。

法話を始める前に、私から皆さんに2つのお願いがあります。

まず1つ目は、皆さんには、普段の修行を初級から始めて上級に進むというように順序立てて行い、錯誤した順序で修行を行ってほしくないということで、言い換えれば、初級者はいきなり上級者であるヨーガ行者のような行為を行うべきではなく、また上級者であるならば下級者の声聞のような行為を行うべき

ではないということです。『広釈—無垢な光—』においても「初学者はヨーガ行者の行為を行うべきではない。ヨーガ行者は成就者の行為を行うべきではない。成就者は一切知者の行為を行うべきではない」と説かれており、皆さんにもこの教えに従って修行を行っていただきたいのです。これが私の1つ目の願いです。

2つ目は、これからも皆さんにはマハームドラーとゾクチェンの両方を、今まで通り分け隔てなく修行して行ってほしいということです。

マハームドラーは道を進むための足となり、ゾクチェンは道を見るための目となる教えです。なぜなら、マハームドラーは一心に安住するための方便で、ゾクチェンは安住した時に真理を見るための方便なので、2つのうちどちらが欠けても仏の境地に至ることはできないからです。目と足のどちらが欠けても目的の場所へたどり着くことは難しいように、ゾクチェンの見解を伴わずに、安住するための方便であるマハームドラーの修行を行うだけでは、輪廻の根本を断ち切ることはできませんし、同様にゾクチェンの修行でも、安住するための方便であるマハームドラーの要訣を伴わずに単に理論的な分析をしているだけでは、仏の境地にたどり着くことはできません。



そのため、インドやチベットにおける智者や成就者たちの口頭伝授 (zhal rgyun) では、マハームドラーとゾクチェンを融合させて解説するという伝統があります。守護者文殊菩薩たるサキャ・パンディタは「愚か者の行うマハームドラーの修行は大多数が動物の因となり、さもなければ無色界に生まれ、さもなければ声聞の断滅に

陥る」とおっしゃっており、ヴィパッサナーを伴わないシャマタは無記法であるため、ただ輪廻に流転することになるだけで、解脱の助けにはならないと説かれています。また、持明者ジグメ・リンパ (rig 'dzin 'jigs med gling pa) は

ロッキーマウンテン

「シャマタに執着する空明 (stong gsal) なる心、思索 (yid dpyod) するヴィパッサナーの入り乱れた動き、無記界 (dbyings lung ma bstan) の無作為な (byar med) 状態、これら3つはゾクチェンから外れている」とおっしゃっており、シャマタを伴わないヴィパッサナーはただ対象に散漫しているだけの行為に過ぎないので、そのような修行の仕方では優れた境地を得ることはないと言われております。ですから皆さんには、今もこれからもマハームドラーとゾクチェンを別々に切り離すことなく修行をしていただきたいのです。これが私の2つ目の願いです。

もちろん、このような修行は自力で行えるものではありませんから、法相を兼ね備えた素晴らしいラマに師事して修行を行っていく必要があります。

素晴らしいラマとしては、カギユ派のラマたちのことは皆さんもよくご存じだと思いますし、皆さんの近くにお住まいのニンマ派のラマたちも、各方面で不可思議な功德を兼ね備えられた方々ですから、そのラマたちをお招きして法を説いていただき、皆さんが敬う心を持ってその教えを聴聞することで、きっと同じように大きなご利益がもたらされるはずです。現在は、他の遠く離れたチベットにいらっしゃるラマたちをここにお招きするための順境を整えることはなかなか難しい状況であるように思います。例えば、私は高齢な上に重い病を患っていますし、またチベットの道場にもたくさんの弟子たちがいますから、これらの内外の因縁を考えると、私が今後再びアメリカを訪れる機会はおそらくないであろうと思っています。それでも私は、私たちの関係が以前にも増して近づき、深まっていくよう願っていますし、仏法についての交流を深め、語り合い、修行の体験を共有しながら、お互いに助け合っていくような関係を築いていけることを望んでいます。これは世間一般の政治的な関わりなどとは全く異なるものです。そして将来、私の弟子たちが皆さんとご縁を持つようになった時には、お互いに良い関係性を築いてほしいと心から願っています。この私の願いは純粋な善意の祝福であり、決して政治的あるいは経済的な意図を含むものではありません。

以上が、清らかな心に従って私が皆さんにお伝えできる法やラマとの関わり方についての簡単な助言となります。

さて、今から解説する法は、シャプカル・ツォクトゥク・ランドル (zhabs dkar tshogs drug rang grol) によって説かれた『光り輝くゾクチェンにおけるテクチャーの見解の道歌—地道を余すことなく速やかに進む力強いガルダの羽ばたき—』です。

ははは。私は目が悪くて耳が目の代わりとなりますので、このように録音を聴きながら法話を進めなくてはならないのです。



法王は少しおどけたようにそうおっしゃって黒いレコーダーを取り出し、正式に法話を始められました。

午前には、「ナモーグルビヒャハ (namo gurubhyah)、全てを照らす叡智と慈愛の日輪から計り知れない大悲の光を放ち、三界の衆生の無明の暗闇を一瞬で消し去る法王に帰命いたします」から「これは根基の心性 (gzhi yi sems nyid) と実相の本性 (gnas lugs kyi rang bzhin) を確定する (gtan la phab pa) ための直指 (ngo sprod) です」までの解説が行われ、法王は法話の最後を次のように締めくくられました。

皆さんがシャマタの修行を行う時には、ただ単に静かに座って安住しているだけではなく、一心に安住しているその瞬間にも、安住者自身の心の本性とはどのようなものであるかを明確 (thag chod) にしていく必要があります。これがすなわちマハームドラーの修行です。

そして、心自らの本体を観察し、心のありようがどのようなものであるかを理解していく必要があります。これがすなわちゾクチェンの修行です。

マハームドラーとゾクチェンのうちどちらを修行するにしてもその要点はただ1つで、自分の心があるのであれば「ある」ということを、ないのであれば

「ない」ということを確定できるまで徹底的に探究し続けること、ただそれだけなのです。

『ガルダの羽ばたき』第2回目の法話

その日の午後も、引き続き「エマホー、縁ある心の子たちよ、再びお聞きください。最初の法身（dang po chos sku）である普賢（kun tu bzang po）が修行を塵ほども行うことなく解脱していることと、六道の衆生が不善や罪業を少しも為すことなく輪廻にさまよっていることは」から「全ては自らの心の幻影によって、存在しないながらも現れている空性そのものの姿なのだ」と確信し、完全なる平静の中にとどまりましょう」までの解説が行われました。法王は法話の冒頭で次のようにお話しになりました。

今回、私たちはこの光り輝くゾクチェンの法の解説と聴聞を行っており、きっと皆さんのほとんどがその意味を真に理解されていると思いますが、たとえ今はまだその意味をありのままに理解することができなくても、この法に信心と敬意を抱いて、いつか必ず法の意味を証悟できる時が来るという



ことに確信を持ち続けるようにしてください。特に、皆さんは今回『文殊静修ゾクチェン』とその中に収められている手引きである『仏を手中に授ける』の修行を希望されましたが、ぜひ今後も修行を続けていってください。そうすれば必ず大きなご利益がもたらされます。

私は以前から、この法が西洋の方々にとって大いに役立つものであることを確信していましたし、特にここにお集まりの皆さんの大多数はこの法の所化であると思っています。私がアメリカを訪れるのが遅すぎたために、私がこの地

に残って法話を行うことで皆さんに直接大きな利益をもたらすことは難しいのですが、今後皆さんがこの法を修行していけることを心からお祈りしています。

また、私はこの法そのものが、皆さんにとって多くの恩恵をもたらすものであると思っています。なぜなら、この法は要点を凝縮した実践しやすいものであるからです。先進国に暮らす皆さんはきっといろいろな仕事に追われていると思いますが、仮に仕事をしながらこの法を修行したいという場合にも簡単に実践できる方法がありますので、欧米の先進国で暮らしている方々にとって最適な法であると私は考えています。



特に、以前私が記した予言の中にも、この法が皆さんにとって特にご利益のあるものになることを示す一文がありましたので、ここで読み上げてみます。「全てを利する日輪は東の山頂から昇るものの、その光は西に放たれます。無知な小さい山々は、自らの高さに自惚れるべきではありません。しばらくの間は自らの前方を影で覆い、権威を振るうことができるかもしれませんが、きっといつかは光が行き渡ることになるでしょう」。

ロッキーマウンテン

この言葉はどのような意味かと言いますと、『文殊静修ゾクチェン』という法は私がインドのブッダガヤの東にある中国の五台山で書き記したのですが、その所化は大多数が西洋の国々にいるため、つまりは西洋にいる皆さんに大きなご利益をもたらす法となるであろうということを示しています。それはあたかも太陽が東から昇ったものの、その光は西に向かって放たれているかのようで、遠くない未来において、たくさんの西洋の方々が大きなご利益を得られるであろうということの意味しています。この予言はまさに今回実証されたのではないのでしょうか。

『ガルダの羽ばたき』第3回目の法話

7月3日の午前、法王は「牟尼カンチェンツォ（gang chen mtsho）の手中にある蓮華の1つの塵の中には、三千の娑婆世界があると説かれました」から「住（gnas）、動（'gyu）、覚（rig）の3つを1つにして修行することが、散漫と安住が無二であることの直指です」までの偈頌の解説の中で、次のようにお話しになりました。



全てが心の幻影であると認識し、いわゆる心と呼ばれるものの本体はどのようなものを理解することが根本です。

そして、それを理解するにはまずシャマタから修行していく必要があります。シャマタを修行しなければ心がどのようなものであるかを知ることにはできないので、心を一点に集

中させた状態で長時間瞑想していきます。具体的に言うと、心の中で何も考えずにただ無念の状態を保っているだけでは、知覚が何も働いていない睡眠時や気絶時と変わらないので、そのような状態のシャマタではいかなる境地も生ま

れません。ですから、シャマタを土台として更に上位の修行を行っていく必要があります。つまり、心を一点にとどめた状態を失わずに保ちながら、それと同時に心の本質を自然に観察していくということです。

心の本質を観察していくと、心は形も色もなく、何ものとしても成立していない空を本質としたものであることが理解できます。これがすなわちヴィパッサナーであり、この点を理解できれば問題ありません。

このようにシャマタを基礎とした上でヴィパッサナーを探究していく必要があります。シャマタとヴィパッサナーの両方の状態を保てるように意識しながら修行することで、いずれその結果が現れてきます。これこそが至高なる究極の道ですので、皆さんも普段からできる限りシャマタとヴィパッサナーの両方の状態を意識しながら「止観双運」の修行を行っていきましょう。

『ガルダの羽ばたき』第4回目の法話

その日の午後、法王は「ご縁を備えた唯一無二の心の子よ、散漫せずに注意深く聞いてください。俗世を離れた歌い手である私ツォクトゥク・ランドルの聞き心地の良い歌声を、あなたの白雪のような心にとどめてください」から「受け入れることと拒むこと、望みや憂いによって影響されることなく、今この瞬間の意識 (shes rig) がおのずから輝く自然成就の性質と、現前する三身のおのずから輝く空性こそが、原初の証悟の結果そのものです」までを解説された後、法話の最後になんかのようにお話しになりました。



ロッキーマウンテン

今回は、シャプカル・ツォクトゥク・ランドルがお説きになられた『ガルダの羽ばたき』を、一字一句余すことなく皆さんの耳にお伝えしましたので、皆さんは心を集中させて、真摯な信心を起こしてください。そして日頃から「自分がこれらのことを本当に理解しているか」という点に意識を向けて、真に理解できるよう努めていきましょう。シャプカル・ツォクトゥク・ランドルとこの法のご加持があれば、皆さんもきっとすぐにその意味を証悟することができると思います。

最後に、皆さんの機根に合わせて本論の要点を3つにまとめてお伝えします。



まず、日頃から分別念を生じ放題にしておくことなく、心を自然にとどめるよう努めること、これが1つ目の要点です。次に、心に何の分別も起こさずに安住できるようになったら、リラックスした状態で心を観察して心の本質が空であると理解すること、これが2つ目の要点です。そして、日常生活の中でいつもその境地にとどまること、あるいはその状態を保つこと、これが3つ目の要点です。

もう一度繰り返しますが、「心を自然にとどめること」、「心の本質を知ること」、「その境地を保つこと」、これら3つの要点は、マハームドラーとゾクチェンにおけるタントラ、アーガマ、ウパデシャの全てを要約したものですから、皆さんも日々の修行として継続的に取り組むようにしましょう。

『ガルダの羽ばたき』第5回目の法話

7月4日の午前、法王は「エマホー、良家の子たちよ、もう一度よく聞いてください。このように、最初に散漫することなく守れば、途中で自由奔放に放っても、物事を真の在り方から凡庸な在り方に放っても、来ることも去ることもありません」から「この善によって、たくさんの縁ある所化たちが、無明、煩惱、分別の汚れを全て始原清浄の原初界 (gdod ma'i dbyings) の中で速やかに浄化し、今世のうちに結果を得られますように」までを解説され、法話の最後に次のようにお話しになりました。

今回は『光り輝くゾクチェンにおけるテクチューの見解の道歌—地道を余すことなく速やかに進む力強いガルダの羽ばたき—』について、全5回、合計で



十数時間にわたる解説と聴聞を行いました。解説では、皆さんの修行体験と証悟の境地を高めるため、そして私自身の言葉の障害を清めるために、法の語句を過不足なく一度読み上げた上で要点を集約するという方法を取りました。

この法で主に説かれているのは光り輝くゾクチェンについてですが、その他のマハームドラーや大

中観などの道要 (lamgnad) も含まれています。総じて、私は計り知れない法理をお説きになれましたが、その全ての核心にある究極の枢要は、大中観、マハームドラー、ゾクチェンの3つに他なりません。例えば大中観という正しい完全な道の修行には他の2つの要点も含まれており、同様にマハームドラー、ゾクチェンという真の完全な道の修行にもそれぞれ他の2つの要点が含まれています。

ロッキーマウンテン

ですから、マハームドラー、ゾクチェン、大中観の3つを一緒に修行していくことが肝要であり、カルマバ・ランチュン・ドルジェや全知ロンチュン・ラブジャムバなどのカギユ派とニンマ派における多くの成就者たちもこのように修行されてきました。私たち師弟にとっても、普段からこれらを三位一体に修行していくことが極めて重要です。

どのように修行していくかという、自らの心を一心にシャマタの境地に入定させた時の、心の揺らがない部分をマハームドラーと言い、外、内、秘密のどこにも成立しない心の空の性質を大中観と言い、そのように一心に安住しながら、空を本質としていることを確信した、明らかに認識する見解 (Ita ba gsal gsal rig rig) を起こすことをゾクチェンと言います。

カルマバ・ランチュン・ドルジェの『了義のマハームドラーの祈り』(nges don phyag rgya chen po'i smon lam) においても「作意 (yid byed) から離れることはマハームドラー、極端 (mtha') から離れることは大中観、これは全てを集約する (kun 'dus) ゾクチェンとも呼ばれる。一を知って全ての真理を証悟する確信を得られますように」と、概念的思考から離れたものがマハームドラーであり、極端から離れた空の性質が大中観であり、全ての道の要点が完全に揃っているものがゾクチェンであるため、生きとし生けるもの全てがこのような真理を完全に証悟することができますようにと祈りが捧げられています。

この道場を訪れて以来、私は何度も皆さんに、ニンマ派とカギユ派を区別することなく、またマハームドラーとゾクチェンの一方だけを選び取ることなく、両方を組み合わせて修行していただきたいということをお伝えしてきました。皆さんもぜひこの願いを起こし、実現させるための順境を作り出してってください。ありがとうございました。



光との出会い

法王から教えを授かったアメリカの弟子たちの中には、それまでもたくさんの大徳たちにお会いして様々な教えを授かってきたという人もたくさんいましたが、それでも法王がその身にまとわれた威厳はひととき特別なものだったようで、長い歳月を経た今も忘れることができないという人々は少なくありません。そのうちの1人であるジョシュア・ムルダー (Joshua Mulder) は、当時の出来事について次のように語っています。



現在のジョシュア・ムルダー



左端に写る当時のジョシュア・ムルダー (提供: Joshua Mulder)

ロッキーマウンテン

法王にお会いした時、私だけではなくきっとその場にいた弟子の全員が心の奥を強く揺さぶられたと思います。法王がいらした年は、私たちのラマ・リンポチュェがご円寂されてから6年が経っており、私たちは全体的に原動力を失いつつある中で士気も低下していた時期だったので、法王のご来訪はまるで力強い啓示のように思われ、私たちは修行の真実味が証明されたように感じました。

法王のお姿は力強い威厳と朗らかな活気に満ちあふれていて、時空を超えたいにしへの雰囲気までもまとわれているようでした。それらは内から外へとみなぎるもので、仏の教えが心の奥底にまで浸透していることを示すかのように放たれている強いオーラが、まるでヒマラヤ高原のように広がっていて、私たちは時空を超えて全くの別世界に連れてこられたような気分になりました。盤石で揺るぎのない誠実さと誇りに満ちた法王の佇まいは、まさに気高さと尊厳が体現されたものでした。

法王とお会いしたことで私が得た一番の収穫は、「修行することで成果を得られるということは、嘘偽りのない真実である」という確信が生じたことです。私は27歳から主にヴァジュラヨーギニー (vajrayoginī, rdo rje rnal 'byor ma) の修行を続けており、法王にお会いした時は41歳だったので、修行を開始し



て14年が経っていたのですが、法王にお会いした瞬間に、私がそれまで観想してきたことが目の前に具現化し、法王はまさにヴァジュラヨーギニーそのもので、人間の姿となり私の目の前に現れたのでした。

その後、ある時の灌頂で法王が「パット (phat)」と大きな声でおっしゃって、法座の上で高く跳躍されたことがあったのですが、それはとても直感的な体験で、言葉を超越して全ての妄念を直接的に断ち切ってくださいような教えでした。

法王が有雪国チベットのいにしへの伝統を、直観的かつリアルに示してくださったことは、ここアメリカではとても特別で貴重な出来事であったと思っています。

「とても幸運なことだったと思います」

かつてナーローパ大学で宗教科の主任を務め、『ダーキニーの温かな息づかい—チベット仏教における女性原理—』(Dakini's Warm Breath: The Feminine Principle in Tibetan Buddhism)などの書籍も出版されているジュディス・シマー・ブラウン (Judith Simmer-Brown) も会場で法王の法話を聴聞しており、当時のことを振り返って次のようにお話ししてくださいました。

1993年の夏の終わりに、私は夫と義母、そして3歳と6歳になった子どもと一緒に、ロッキーマウンテン・ダルマセンターの主催する週末のリトリートイベントに参加しました。今回のイベントで客員教師を務めてくださる方のことを、私は全く知らなかったのですが、極めて重要で類いまれなラマであり、東チベットからいらしたばかりであるということだけは耳にしていました。

ケンチェン・ジグメ・プンツォク法王が御一行と共に会場に入ってこられた瞬間、私は法王の圧倒的な存在感に息を呑みました。法王は体格が良く、錦などの装飾が一切施されていない簡素な僧衣をお召しになられており、大きなお顔にはあまたの雨風に打たれてこられたかのような苦勞の気色が表れていましたが、同時に開放的な証悟の力がみなぎっているようにも見えました。美しく装飾された精巧な法座にお座りになってお話をされている法王のご様子からは、ありのままの素朴な率直さが伝わってきて、お話を聞いているうちに、私は自分の中にある妄念が一気に取り払われていくのを感じました。

法王の法話の細部まではあまり覚えていないのですが、主には『カーラチャクラ』の教えに基づく暗黒時代の到来に関する予言や、仏法を伝え広めることの重要性と緊急性、仏法の完全性を守ることなどについてお話しされていたと思います。また、仏法の障害には恐れることなく立ち向かっていくべきだと



提供：Joshua Mulder

おっしゃっていて、私たちのラマが不可思議な善巧方便と遠大な視野によって、貴重な仏法をアメリカやカナダにもたらしたことを称賛されていました。

私を含め、その場にいた数百人の参加者は「金剛乗」という大規模な団体の一員でしたが、誰もが同じように法王の類いまれな魅力に驚いていたようでした。私たちの根本ラマは6年前に他界されていて、当時は団体がバラバラになりかけていた時期でしたから、もし法王のお導きがなかったら、私たちはすっかり途方に暮れていたに違いありません。当日は会場にいた全員が法王の率直さ、優しさ、そしてユーモアに魅了されていました。

かつてのラマ・リンポチェの歓待により、私たちはニンマ派やカギョ派における著名な大徳たちを含め、偉大なラマをたくさんお迎えしてきました。ラマたちは皆、独自の特別な資質と教法を併せ持っていて、私たちのようなアメリカにおける第1世代の金剛乗の修行者たちに特別なご加持を与えてくださいましたが、法王ほどの大胆なビジョンとカリスマ性を備えた先生にお会いしたことはありませんでした。

その後の数年間、私は断片的な情報をもとに法王についての理解を深めていく中で、法王がラルン五明仏学院で目覚ましい役割を担ってこられたこと、そしてご円寂された後も多くのチベット人の修行者たちに新たな活気をもたらしていることを知りました。

当時、法王に直接お会いして直々に教えを授かったことは、とても幸運なことだったと思います。法王の驚くべきカリスマ性を考えれば、現代のチベット仏教に極めて大きな影響を与えたことも全く不思議ではありません。

大きな塔の前での法話

その日の午後、法王は完成間近の大きな塔に開光の儀式とご加持を授けられました。その後にご列席されたアメリカの独立記念日を祝う燃灯法会で、法王は次のようにお話しになりました。

今日はもともと私の方から多くをお話しするつもりはなかったのですが、皆様のご要望にお応えして簡単にお話をさせていただきますと思います。

きっと今日ここにお集まりの皆さんは仏教徒であり、その中でも特に密教金剛乗の法を修行されている方々でしょう。そして、皆さんのほとん



んどがチューギャム・トゥンパ・リンポチェに信心と喜びを抱き、その後について学んでいる方々だと思います。チューギャム・トゥンパ・リンポチェの生涯にわたる事業は大きく2つあり、1つ目は勇猛かつ威厳のある行いを示し、将来的にシャンバラの軍隊にお生まれになり、教化しがたい野蛮な所化たちを教化すること、2つ目は今世での成仏を実現することができるマハームドラーなどの方便を修行することでした。ここにいる皆さんの多くも、同じ願いのもとで仏教の修行に励んでいることと思います。

もちろん、大乘の法を修行する方であればきっと誰もが、1つ目としては「一時的な天と人の幸せを享受すること」、2つ目としては「究極の仏の境地を得ること」という2つの願いを抱いていると思います。そして、私はこのような「繁栄」(mngon mtho)と「至善」(nges legs)を成就するための方便をたくさんお説きになられていますが、それらを成就するための主な因は資糧を積んで障害を浄化することであり、そのためには更に4つの核心とも言える方便があります。それらは何かということ、1つ目は仏塔のない場所に仏塔を建てる

こと、2つ目は僧衆のために精舎を提供すること、3つ目は僧団の分裂を調停すること、4つ目は慈しみの心を修習することで、仏の教え全体を見てもこの4つほど優れた方便は存在しないでしょう。



そして、この4つの方便の中でも特に優れているのが、1つ目に挙げた「仏塔のない場所に仏塔を建てること」です。仏は経典の中で、実際に仏塔を建てることで利益を得られるのはもちろんのこと、例えば幼い子どもが遊びで砂の仏塔を作っただけで、その他には資糧を積んで障害を浄化するための行為を一切行わなかったとしても、その子どもたちが徐々に仏の境地を得ていくということは必然であると説かれています。

また、仏塔の大きさについても、大きくて良質な塔であればあるほど功德があるということは言うまでもありませんが、たとえ阿摩勒果 (āmalaka, skyu ru ra) ほどの大き

さしかない仏塔を建てただけでも、その者は一時的に転輪王の不可思議な富と幸せを得ることができ、ほどなくして仏の境地を得ることができると説かれています。

同様に、仏塔のために多くの財産を寄付すればするほど功德があるということは言うまでもありませんが、例えば1日3食分の食糧のうちの百分の一程度を仏塔の建造のために供養しただけでも、その者は全ての生において貧しく醜い者となることなく、美しい容姿や豊かな享受に恵まれるようになり、ほどなくして仏の境地を得ることができるとも説かれています。

ロッキーマウンテン

更には、仏塔を建てるための作業に従事する者が、苦勞を厭わず長期にわたって作業することに大きな福德があることは言うまでもありませんが、例えば休憩時間に仏塔に使われる石を1個運んだだけでも、その石を構成する塵の数だけ転輪王に生まれ変わることができ、その後には、あらゆる苦しみから離れた円満な幸せである究極の寂靜を得ることができることも説かれています。



これらは仏塔を建てることの全体的な功德であり、もう少し詳しく言うと、ラマに関連する塔の功德は更に幾百倍、幾千倍と大きくなります。どうしてもかという、体は僧伽（僧）、言葉は正法（法）、心は仏陀（仏）を表している根本ラマは、三宝を一身に集めた存在であるからです。そのため、根本ラマの遺塔を建てることで、十方の広大な刹土で諸仏の舍利塔を建てることと同じ功德を得ることができます。たとえ普通の土や石で根本ラマの遺塔を建てただけでも、七宝で仏や菩薩たちのために塔を建てた時と同様の、計り知れない福德を得ることができるのです。

皆さんは今回この塔を建てたことにより、先ほどお話した仏塔の建造によってもたらされる計り知れない福德と善果を得ることになりますし、間接的にオギエン・リンポチェ、贍部洲の大獅子王（dzam gling seng chen rgyal po、



ケサル王)、カルキのタクポ・チャクキ・コロロチェンなどと素晴らしいご縁を結んだことにもなりますから、これらのご縁によっても、きっと大きな福德を得ることになるでしょう。ささやかな財産をこの塔の建造のために供養した方も、体や言葉を使って塔の建造に貢献した方も、全ての方々に計り知れない福德がもたらされます。総じて、塔の建設に力を尽くした全ての方々が、今世においては長寿無病で幸せな一生を送り、来世においては極楽浄土などの浄土に往生するか、あるいは北方シャンバラの刹土にカルキのタクポ・チャクキ・コロロチェンの最初の眷属として生まれることになるでしょう。

今日はアメリカの独立記念日で、先ほどギャトゥル・リンポチェからは「死はすぐに訪れる」という無常を喚起するお言葉が贈られましたので、私からは「一時的な幸せと究極の幸せがもたらされる」というお祝いの言葉をお贈りしました。



(ここで参列者の中から笑いが起こる)

一部の予言では1999年に世界の終わりが訪れると言われているようですが、世界的に見ても、実際に近い将来、疫病や飢饉、戦争などの災いが各地で起こる可能性は存在します。それでも、懺悔しても償いきれない罪や、薬で癒やせない病、資糧を集積してもなくならない逆境というものは存在しませんので、皆さんがこのような美しい造形をした、立派で壮大な塔を建てたことは、きっと皆さんに幸せをもたらすだけでなく、アメリカ全土、ひいては世界中に吉祥をもたらすこととなるはずで、この塔には不可思議な功德がありますので、塔の完成後には、塔に対して礼拝をしたり、右邊をしたり、賛嘆を捧げたりすることで、自他ともに万事が順調に運び、意のままに願いがかなうようになるでしょう。タシデレ!

ラマの髭抜き

長い間ほとんど休むことなく灌頂や法話とそのための移動に追われていた法王は、ロッキーマウンテンに到着されてからも、午前と午後の法話に加えて昼休みも多くの方々と面会されていたため、ついにお体に疲労の症状が現れてしまいました。特に足の痛みが激しいご様子で、移動する際には両脇を人に支えてもらって歩くか、車椅子に乗るかしなければならず、痛み止めの薬もよくお飲みになっていました。

そのような状態でしたので、ある日、道場の方々が足のマッサージが得意な医師を呼んでくださいました。法王は、それまでチベットにいた時はマッサージをお受けになったことがなかったため、最初のうちはマッサージをされることにあまり馴染めないご様子でしたが、施術が進むにつれて徐々に慣れてになり、お体もずいぶんと楽になられたようでした。法王はマッサージをお受けになりながら寝入ってしまわれることもあり、医師は法王がお休みになられたことに気付くと少し力を緩めて、眠りを妨げないよう配慮されていました。

マッサージをお受けになっている最中に、法王は私に法王の髭を抜くように命じられました。かつてのチベットには髭剃りがなかったため、髭が生えてくると、真鍮の毛抜きで髭を引き抜くという方法で髭の手入れをしていたのです。最初の頃は緊張のあまり、法王のお顔にしっかりと触れることも、強く力を込めることもできず、髭を数本引き抜いただけで手が汗ばみ、腕が痺れてしまいました。特に法王がお休みになっている時などは、痛みを加えることを恐れて余計に力を入れることができませんでした。また、髭を探すために法王のお顔に触れていた時に、法王が突然目を開かれ、低いお声で「アレ (a le、「おい」の意)」とおっしゃったので、私はすっかり怖気づいてしまい、どうしたらよいのか分からなくなってしまったこともありました。けれども、回を重ねるごとに、私も徐々にリラックスして法王の髭抜きを行えるようになりました。

このようにして、毎日の午後の空いた時間に医師が法王に足のマッサージを施し、その間、私は法王の髭抜きを行うようになりました。法王のお顔に白くなっている髭を見つけるたびに、私は法王のお体を案じて心を痛めていました。



出典：palyulmedia.smugmug.com

もちろん、抜き取った法王の髭は他者の手に渡すことなく、必ず全てを法王にお返ししました。

ある時、法王に運動とダイエットについてお話しされていた医師が「このお茶はチベットでも手に入りますし、消化の促進と脂肪の燃焼に効果がありますから、今後はいつもお飲みになるとよいでしょう」と言って、あるお茶を供してくださいました。法王はそのお茶を飲み慣れていて、時には牛乳を混ぜてチベット風のミルクティーにしてお飲みになっていました。後にそのお茶がプーアル茶というものであることを知ったのですが、チベットに帰ってから法王はプーアル茶をよくお飲みになったので、私も法王にプーアル茶を供する機会がたくさんありました。

医師のマッサージが功を奏し、ロッキーマウンテンを離れる頃には、法王の足もずいぶん回復されたご様子でした。

『プルパ・グルククマ』のユニークな特徴



7月5日の午前、法王は『プルパ・グルククマ』の灌頂を伝授する前に、次のようにお話しになりました。

皆さんは「虚空と等しい一切衆生のために、成熟させる灌頂を受法し、解脱させる道次第を理趣の通りに実践する」と考える至高の菩提心を抱きながら法を聴聞してください。

今回皆さんが聴聞する『プルパ・グルククマ』という法は、1990年に私たち師弟8人でインドへ行った道中に、私がネパールのアスラ洞窟（a su ra'i brag phug）で取り出したテルマです。この法は、かつて「ウディヤーナの第二の仏」と称されたオギエン・リンポチェが、暗黒の地チベットに仏の教えを伝え広めるため、そこへ向かう道中でアスラ洞窟に滞在されていた時に、ネパール王のジナミトラ（jinamitra）から、体の逆境を取り除き、順境を余すことなく成就するための助力を受けたことで、オギエン・リンポチェが大変お喜びになり、ネパール王のジナミトラに大切な教えとして授けたものです。

この法は、オギエン・リンポチェがチベットで何よりも先にお説きになられた教えであり、オギエン・リンポチェの伝記に「ネパールのヤンレシューの洞

窟（yangs le shod kyi brag phug）で、魔物や障害を金剛槩によって追い払う」と記されているように、魔物や障害を追い払う修法の先駆けとなった教えでもあります。また、この教えは数ある金剛槩のタントラの究極の要点を1つにまとめているため、チベットに存在する64の共通する金剛槩の法と、32の共通しない金剛槩の法の大本となる母のような教えでもあり、この教えにより、チベットの守護神である12人のテンマ（bod skyong brtan ma bcu gnyis）など、チベットにいた全ての鬼神たちは、護法神となる誓いのもとに降伏したのでした。

この法は前世を思い出す形で取り出されましたが、もともとはオギエン・リンポチェが広く伝授することを惜しまれた要訣であり、彼が常に首から下げた袋の中にしまって携帯していた深遠なる特殊な法であるため、『プルバ・グルククマ』（「首の袋の金剛槩」の意）と呼ばれています。そしてこの法の原文に記されているように、この法を取り出してからは全ての縁起が円満に揃っていききました。

この根本の法が法主のもとに伝わった経緯は、テンギャム・リンポチェが相承系譜の祈願文の最後で「宿世の業と願いによってつながっているシャーキャの比丘テンジン・ギャムツォが記しました」と自ら記しておられるように、テンギャム・リンポチェはあらゆる法主の中の根本法主ですので、私は他のどなたに伝授するよりも先に、このテルマを修行するのと同時にテンギャム・リンポチェのもとへ行き、この法を彼にお伝えしました。すると彼はこの法を如意法のように大切にされ、その日すぐに私に対して厳かに法を勧請されたので、私は灌頂、手引き、要訣の全てを彼に献上しました。

護法神のもとへはどのようにしてお伝えしたかということ、かつて護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンは、勝者王トゥブテン・ギャムツォとテルチェン・レーラブ・リンパの間の使者であり、前後の授記も彼が伝達していましたし、その他にも彼は法をたくさん勧請していたので、この法もそのような縁起によって現れました。この法が現れてすぐに、護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンも憤怒神の降臨方法で突然現れ、その場でこの法の灌頂と手引きを授かりました。それだけでなく、テンギャム・リンポチェと護法神ネチュン・ドル

ロッキーマウンテン

ジェ・タクデンからの直々のご用命により、私はその後、降伏業に関する文章も記しました。その中の護摩の儀軌を作成する際には、心の中に突如として浮かび上がったその法を、私のすぐ隣にいらしたテンギャム・リンポチェが書き手となって書面に書き起こしてくださいました。

そしてその後は、かつてのテルチェン・レーラブ・リンバの時代のように、サキャ派、カギユ派、ニンマ派の三大法主のもとにこの法をお伝えしました。



ニンマ派においては、トゥプワン・ペマ・ノルブの歴代の転生者が法主となるため、今回も彼にこの法を伝授することにし、私は彼のために灌頂を行い、全ての手引きを解説しました。サキャ派に関しては、かつてのテルチェン・レーラブ・リンバにとって秘密にする必要のない2人の法主は、勝者王トゥプテン・ギャムツォと

ジャムヤン・ケンツェ・ワンポのお二人であったため、私はジャムヤン・ケンツェ・ワンポの転生であるディルゴ・ケンツェ・リンポチェにこの法を伝授することにし、彼に灌頂、口伝、手引きの全ての次第を献上しました。カギユ派に関しては、かつてテルチェン・レーラブ・リンバがいた時代の根本法主はカルマバ15世のカキャブ・ドルジェ (mkha' khyab rdo rje) であり、現在の法主はカルマバ16世のリクペー・ドルジェとなりますが、カルマバ・リクペー・ドルジェは当時すでにご逝去されていたため、この法を取り出してすぐにお伝えすることはできませんでした。しかし、カルマバ・リクペー・ドルジェの転生がどこにいらっしゃるかと、近い将来にきっと彼ののもとにもこの法が伝わると私は信じています。

この法は、外、内、秘密のどの面から考えても、縁起が未だかつて壊されておらず、全ての善妙が円満に揃っています。誰が修行してもきっと幸せと吉祥をもたらし、全ての逆境と障害をなくしてくれるような、未だかつてない、こ

の上なく優れた特別で深遠な法であると私は信じています。多くを語らずとも、この法門を開いた直後には、有雪国チベットにそれまでと異なる変化が現れ、人々に大きな幸せがもたらされただけでなく、仏の教えもそれまで以上に広く栄えるようになりました。それだけでなく、チベット以外の場所にいらっしゃる方々も、この法に出会った後には万事が順調に運び、心の中が穏やかになり、ご利益と吉祥がもたらされたといえます。特に、この法に出会った教えを持つ大徳たちの事業も、まるで上弦の月のように日を追うごとに良い方向へ向かっているようですので、この点を鑑みるだけでも、この法が人々にご利益と吉祥をもたらすものであると言えるのではないのでしょうか。

ここまでで、『プルパ・グルクマ』の由来とそのユニークな特徴について簡単にお話ししました。それではこれから灌頂を始めます。

……

仏陀と仏法

その日の午後に行われた公開講演会で、法王は次のようにお話しになりました。

今日という素晴らしい日に、私が心に思ったことを簡単にお話ししようと思います。

今ここにお集まりの皆さんは、一人ひとりが円満な人の体を得ています。このことは最初に理解しておくべきことです。また、人の体を得たということは、自分を幸せにして危害から守るという点において、他の動物などとは異なる能力と知性に恵まれているということです。このことも最初に理解しておきましょう。

そして、今こうして素晴らしい人の体と知性を備えることができたからには、動物などのように分別を持たないまま無知蒙昧に毎日を過ごすのではなく、自分の幸せのために、あるいは自分が危害を受けないようにするために、できる限りを尽くして努力していくべきです。幸せになりたいと願う気持ちはきっと

ロッキーマウンテン

誰もが同じように抱いている感情で、誰であれきっと、幸せが訪れたら嬉しい気持ちになり、苦しみに襲われたら辛い気持ちになると思いますし、苦しみを喜んで幸せを喜ばないという人はいないと思いますので、幸せになるための方法を懸命に探していないという人は、ごく一部の人を除けばほとんどいないでしょう。ただ、宗教を信仰していない在家者の男女の中には、まるで動物たちと同じように、ただ利益ばかりを求め、危害から逃れるだけの日々を送っている人もいます。そのような人とは異なり、誰もが真の幸せを追い求めているということも、宗教を信仰している人の 1 つの特徴ではないかと思えます。

この世界には、キリスト教、イスラム教、仏教などの様々な宗教があります。それらの中には今世の幸せのみを追求する宗教もあれば、今世と来世の幸せを追求する宗教もありますし、今世よりも来世の幸せを重視する宗教もありますが、入信する時には自分は何を信仰すべきであるかということをよく考えて選択しなければなりません。さもなければ、適当な気持ちで入信したとしてもそこで得られるものは何もないでしょう。

もちろん、三大宗教においても他の多くの宗教においても、今世で幸せを手にして苦しみから逃れるためのそれぞれの方法が説かれていて、創造主に祈りを捧げることで今世と来世の幸せを求める宗教もあれば、太陽や月、シヴァ、ガネーシャなどに今世の幸せを祈る宗教もあり、三宝に帰依することで利益と幸せを求める宗教もありますが、いずれの宗教も、自らの信奉する本尊を信じて祈りを捧げ、自らの信仰を貫くという点においては大きな違いはないと思います。ただ、それぞれの宗教における本尊が嘘偽りのない「量」(pramāṇa、tshad ma) に達しているか、そしてその教義が本当に正しいものであるかどうかは、仔細な分析と深い考察を重ねて判断する必要があると思います。

では、宗教によって本尊がどれくらい違うかと言いますと、自分の利益だけを追い求め、自分の眷属や信者となった者には利益をもたらすものの、他の大多数の衆生には危害を加えてもよいという考えの本尊もいれば、人間であれば自他を問わず利益をもたらすものの、人間以外の衆生には関心を向けないという考えの本尊もいます。また、人間のみならずあらゆる衆生に利益をもたらす

て危害から守り、自分以上に他者を大切にしようという信念のもとで、生きとし生けるもの全てへの利他に努めようとする本尊もあります。これらの本尊の中で、自分だけの利益を追求する本尊に従うべきか、自分が含まれる一部だけの利益を追求する本尊に従うべきか、それとも、自他を問わずあらゆる衆生の利益を追求する本尊に従うべきかをしっかり考えて選択する必要があります。

同様に教義の面でも、自分とごくわずかな自分の眷属以外には危害を加えてもよいと考える教えもあれば、人間には利益をもたらすが他の衆生には危害を加えてもよいと考える教えもあります。また、果てしなく存在する生きとし生けるもの全てに広く利益を与え、危害から守り、救いたいと考える教えもあります。これらの中でどの教義が最も理にかなっていると感じ、自分が信仰していきたいと思うかということについてもよく考えなければいけません。

また一部には、古い歴史を持つわけでもなく、教典の依拠があるわけでもなく、個人的な意見だけに基づく新しい教義を掲げ、科学的な理論で考察したら、分析に耐えきれずに多くの綻びが見つかるのではないかと思われるような宗教もあります。その一方で、例えば数千年も前から存在し、聖教の依拠もあり、理論の考察も十分に重ねられている宗教もあります。これらの点について真剣に、深く、細部にわたって調査と熟考を重ね、いずれの宗教であっても入信する前にじっくり観察する必要があります。慌てて急いだ状態で入信したり、一時的に勢いや力がありそうな宗教の中から適当に選んで入信したりしても、得られるものは何もないでしょう。

チベットには「お腹を空かせた犬と肺が会ったようだ」ということわざがあります。これは、お腹を空かせた犬が動物の肺を見つけた時に、それがおいしいかどうかなどについて考えることなく大急ぎで丸呑みしてしまうように、焦っている人間は判断力に欠いた行動をするという意味合いになりますが、いかなる宗教であっても、このことわざのようによく考えもせずに軽率に入信しようとすることは大変愚かなことです。私は皆さんにも、他のラマや修行者たちのお話を参考にしながら、世界中で栄えている様々な宗教についての理解を深めていただきたいと思っています。

ロッキーマウンテン

ではここからは、1人の仏教徒あるいは説法者としての視点で仏陀と仏法について簡単に紹介したいと思います。

・仏陀の功德

私たちの本師である仏はどのようなお方かという、「智慧」、「慈悲」、「力」の功德を円満に兼ね備えた聖者です。

まず、智慧の功德について言えば、一切を知り尽くされている仏は、特に未来に起こること、今私たちが直面していること、来世に現れる苦楽などについて、経典の中でははっきりと説かれています。



仏のみならず仏に追随する修行者について考えてみても、私の故郷であるチベットには、オギエン・リンポチェやミラレバなどのように優れたラマがたくさん現れましたが、その誰もが、この地球上における外なる器世間の様々な変化も、内なる有情世間の異なる苦楽も、全て衆生自らの業によって起こっているものであるとおっしゃっています。

かつて仏と高僧大徳たちがおっしゃったことは、今、私たちが世界中を巡り歩いてみたら全て証明することができます。簡単に言えば、科学者たちはこの世界における相似する業と相似しない業の現れについてそこまで正確には分析できていませんが、仏とその追随者たちは、全ては業と心によって現れているものであると考えています。例えば、同じ炎に対しても、熱いと感じる者もいれば冷たいと感じる者もいますし、炎を食べ物として捉える者もいれば住む場所として捉える者もいます。同様に、同じ世界であっても四角いと感じる者もいれば丸いと感じる者もいますし、太陽が地球の周りを回っていると考える者もいれば、地球が太陽の周りを回って

いると考える者もいるなど、業の現れというのは本当に不可思議なものなのです。そのため、今日の世界中の衆生の業の現れについて考えてみると、私の教えを「量」とすることでしか説明することができませんし、他の観点からではなかなか解明できないのではないかと考えています。

本師の仏と仏に追隨するチベットのラマたちは、チベットの現状、未来に起こること、人間の苦樂の生じ方などについて、これまでもはっきりと説き示されてきました。また、現在は多くのチベットのラマが海外で道場を開いていますが、そのラマたちも同じように明言しており、それらはいずれも全て今日までに実証されているのです。この点について考えてみるだけでも、仏と仏の追隨者である高僧大徳たちが未来を知る力を備えているということが分かりますし、おそらく仏教以外の世界中のどの宗教においても、このような力を持つ者はほとんど現れていないのではないかと思います。

続いて、慈悲の功德について言えば、私たちの本師である仏は自分よりも他者を大切にされるお方で、利他のために自分の財産や享受などを与えることを少しも惜しまないどころか、自分の頭や手足などでさえも何百回、何千回と衆生にお布施されてきました。そのように、慈悲深い仏はいつでも自分を利するより利他を重んじて他者に利益をもたらすことだけを行い、決して危害を加えるようなことはなさいませんでした。このようなお方こそが、全ての人々に喜ばれるべき存在であると言えるのではないのでしょうか。私たちはこのことについて改めて深く考えるべきでしょう。

そして、力の功德について言えば、仏と仏に追隨する聖者たちは、指を1回弾いて音を鳴らす間に世界中を隅々まで巡ることができますし、彼らの所化にとってそれが必要なことであれば、1粒のからし菜の実の中に世界と生きとし生けるもの全てを入れてしまうこともできるなど、実に不可思議な神變の力を備えておられます。そして、それらの中でも特に優れた、そして最も重要な力が説法で、仏の説く法の中には、例えば病を治す方法、長寿になる方法、富を得る方法、美しい容姿を得る方法など様々な方法がありますが、その全てが、実践すれば必ず然るべき時に願いを実現できる方法です。

ロッキーマウンテン

このように、私は数えきれないほどの功徳を備えていらっしゃいますが、それらの中でも全ての仏教徒にとって最も喜ばしい功徳が「智慧」、「慈悲」、「力」の三大功徳です。いかなる宗教のいかなる導師が功徳を備えていようとまいと、私たちには何の利害もありませんが、もしこの世の全てのものに利益と幸せをもたらしてくれる人がいたら、その人はきっと私たちにとって最も喜ばしい存在となるでしょう。

利他を行うためには智慧が必要です。何も分からない状態で世界中の生きとし生けるもの全てを幸せにするために努力しようと思っても、何から手をつけたらよいのか分からず行き詰まってしまうでしょうから、最初に必ず智慧が必要になります。ですから、私も最初に智慧の功徳について解説しました。

ただし、智慧を備えていたとしても、悪意と悪行をもって衆生に不幸をもたらそうとするのであれば、そのような人は衆生にとって利益をもたらす存在となるどころか、むしろ恐怖の対象となるでしょう。けれども、私たちの本師である仏はそのようなお方ではありません。私は智慧のみならず慈悲のお心も兼ね備えられたお方で、私の慈悲心は母親がたった1人の我が子に注ぐ愛情より数百倍も、数千倍も優れたものであり、一切衆生を偏りなく慈しむものです。

また、智慧と慈悲を兼ね備えていたとしても、何かを為すためには更に力が必要であり、力がなければ何の役にも立てません。例えば、智慧を備えているものの手足の不自由な老婦人がいたとして、彼女の息子が水に溺れてしまったとしましょう。その時、彼女が人を引き上げる方法を知っていて、更に手足を動かせる状態であったならば、縄などを使って息子を上げることができるかもしれませんが、彼女がどれほど息子を愛していたとしても、手足が動かない状態、すなわち力を備えていない状況では、彼女自身が息子を助けることはできません。

総じて「智慧」、「慈悲」、「力」の功徳を兼ね備えている導師は仏だけであると言ってもよいでしょう。この世界に現れた他の導師と呼ばれる方々の多くは相似的な功徳しか備えていませんが、私たちの本師である仏は彼らとは全く異なる功徳を備えているからです。もちろん、皆さんも私の言葉だけで判断するのではなく、世界中にいる多くの導師たちの伝記やお言葉、手記などを読み、

自分には何が理にかなうと感じ、何が理にかなわないと感じるのかをじっくり考えることが大切です。ただ1人の言葉だけで判断するのは不確実でしょう。以上が、仏の功德に関する簡単な紹介となります。

・仏法の功德

続いて仏法について紹介していきます。

仏教では今世と来世が存在すると考えられています。その根拠としては、例えば、子馬や子牛は生まれた時から母乳の飲み方を知っており、母親のことが大好きで、母親の後ろをついて歩き、どうしたら天敵を避けられるのかについても心得ているようですが、これらは前世からの習性によるものではないかと考えることができます。前世の習性を備えていなければ、生まれたばかりでこのような行動を取ることはできませんから、これもまた前世と来世が存在するということを証明していると言えるのではないのでしょうか。

同じように、今私たちがそれぞれ抱えている異なる苦楽も前世の業によるものであり、誰かによってもたらされたものではありません。もし幸せや苦しみが業の力によって現れたものではなく、誰かの手で一つひとつもたらされているものであるとしたら、それは根本的に成立し得ないからです。

前世も来世も存在しないと言う人もいれば、前世も来世も確かに存在すると言う人もいますが、仏の経典に基づいて長期間考察を続けていけば、きっと前世と来世の存在に確信を持つようになると思います。そして自分が望む生き方は、前世と来世は存在すると考えて幸せを追い求める生き方か、それとも前世と来世は



存在しないと考えて幸せを追い求める生き方かという点についてじっくり検討してみましょう。来世の存在を信じ、来世に関心を向けて今世を生きた場合に

ロッキーマウンテン

は、死後に来世が存在しなかったとしても大きな損失はありません。しかし、最初から来世は存在しないと考え、今世の成功だけをひたすらに追い求めて生きただけの場合には、もし死後に来世が存在していたらどんなに後悔しても取り返しがつかず、自分に対する大きな裏切りとなってしまいます。地獄の苦しみはどれも極めて耐え難いものである上、地獄の衆生の寿命は果てしなく長いものですから、私たちは自分の生き方についてもっと慎重に考えるべきなのです。

仏の教えの中には前世と来世の存在について説いている信頼できる教典や考察がたくさんありますので、真の仏教徒であれば多くを学ぶまでもなく、すでに前世と来世が存在することを確信していると思いますし、たとえ俗世の神々が目の前に現れて「前世も来世も存在しない」と言い放ったとしても、その確信が揺らぐことはないでしょう。一方で、真の仏教徒でなければ、仏の教えに対して大きな信心があるわけではないと思いますので、前世と来世が存在しないということを裏付ける確たる証拠がないにもかかわらず、「本当に前世は存在するのだろうか？」といった疑念を抱いている人も多いのではないかと思います。

しかし、たとえ疑念を抱いていたとしても、「来世は存在する」と考えて行動する方が一番安全なのではないかと私は考えています。チベットに「鐙の片方が切れても、もう片方はまだ切れていない」ということわざがあるように、来世は存在すると考えて行動した方が今世で間違った選択を避けやすくなると思いますし、来世は存在しないと考えて行動していると、結果的に今世の自分を自分で騙し続けた挙句に悲惨な状況に追い込まれることにもなりかねません。ですから、私たちはなるべく前世と来世の存在を意識しながら何事にも取り組んでいくべきだと思います。

さて、前世と来世が存在するものとした上で、仏教では今世と来世のどちらをより重視しているかという点、来世をより重視しています。なぜかという点、今世の幸せはあくまでも短い期間のもので、たとえどれだけ大きな成就を遂げたとしても、それが長く続くことはないからです。例えば、私たちが今世で世界の王になったとしても、その地位で10年から20年の間は努力し続けなければ、どれだけ運命に恵まれたとしても成功を収めることは難しいでしょうし、

成功を収めた後もせいぜい 20 年ほどしか人間界の幸せを堪能する時間は残されていないでしょう。このように今世の幸せはとても短いものであり、同様に苦しみもまたとても短いものなのです。ここにお集まりの皆さんはほとんどが 20 代から 30 代の方々だと思いますので、今から 50 年後や 60 年後に全員が生きているとは考えにくいですし、そもそも今世の幸せも苦しみもわずかな間の出来事に過ぎないのですから、今世に重きを置いて奮闘していくべきではないように思います。



一方で、来世の幸せや苦しみは長く広範にわたります。例えば苦しみについて考えると、もし来世で地獄に生まれたとしたら、熱した鉄の地面の上に体を押しつけられて、矢、槍、ノコギリなどで体を傷つけられ続けることになります。上半身が傷つけられている間に下半身が再生し、下半身が傷つけられている間に上半身が再生するとい

うことの繰り返して、何十万年と続いても終わりの見えない苦しみを味わうことになります。また、幸せについて考えると、もし来世で極楽浄土に生まれたとしたら、たとえ人間界で不可思議な幸せと喜びを数十万年にわたって享受し続けたとしても、極楽浄土の 1 日の中でもたらされる幸せと喜びには到底及びません。極楽浄土の幸せはそれほどまでに素晴らしく、この世のいかなる幸せも比べ物にならないものなのです。

来世について考慮せずに今世の利益だけを追い求めることは、例えるのならば、1 日の食べ物や飲み物を得るためだけに努力することと同じようなもので、もし、1 日だけ満足な食事ができるように努力することと、一生食べ物や飲み物に困ることのないように努力することのどちらかを選べと言われたら、おそらくほとんどの人が後者を選ぶのではないのでしょうか。どれほど幸せでもどれほど苦しくても、1 日はあっという間に過ぎてしまいますから、1 日よりはるかに長い一生を幸せに生きるためにできる限りの努力をしようとするほとんどの人

ロッキーマウンテン

が考えるでしょう。それと同じように、今世は短く来世は長いのですから、来世の幸せのために努力をしないという人は愚か者の中の愚か者であり、そのような人のことをチベットでは「上歯を生やした愚かな牛」と呼びます。反対に、来世のために努力する人には、今世でも必然的に優れた特別なご利益がもたらされるので、まるで木に火をつけたら自然に木炭となるように、病を患うこともなく自然と長生きができ、豊かな富と美しい容姿にも恵まれるようになります。

ここにお集まりの皆さんも、もし今世で来世を考慮した行動を取っていなかったとしたら、老いと共に体が衰え、苦しみは一層増すばかりで、死について考えるたびに暗澹とした気持ちになることでしょう。しかし、もし今世で来世のために広大な善を積んでいたとしたら、年を重ねるごとにますます幸せを感じるようになり、喜びもより増していくはずです。『根本説一切有部毘奈耶』(vinayavibhanga, 'dul ba rnam par 'byed pa) の中で「寿命が尽きる際に喜びを感じることを、あたかも病から離れるようである」と説かれているように、実際に仏法を修行しているラマたちは、人生が終わりに近づけば近づくほど病を持たない健康な人のようになり、心が不思議な幸せに包まれているように見えます。

このように周りを見渡してみると、修行をしていない方々のほとんどは年を重ねるにつれて笑顔が減り、暗い顔を浮かべることが増えていきますが、清らかな仏教の修行者たちは、私のように心臓病などを患っている場合を除けば、どんどん笑顔が増えて、どんどん幸福感が高まり、どんどん楽観的になっていく方が多く、これこそがまさに今世におけるご利益と言えるのではないのでしょうか。

皆さんにもぜひこの会場内を観察してみたいのですが、例えばギャトゥル・リンポチェは年を重ねるごとに幸せを感じているように見えますが、一方で、はばかりことなく業を積んでいる彼と同世代の一般の方々の中には、年を重ねるごとに苦しみが増えているように見える方もいるようです。これは最も鮮明な対比と言えるのではないのでしょうか。私の言っていることは間違っていますか？ 今ギャトゥル・リンポチェの顔には笑みが浮かんでいま

すが、修行をされていないと思われる方々のお顔はどうも険しくなっているように見えますね。

(ここで会場に笑いと拍手が起こる)

では、仏教徒は今世と来世の利益をどのような方法で成就するのかと言いますと、来世の幸せを成就するためには、無害寂靜の道によって自他に利益をもたらすしかありません。そして、無害寂靜の道とは生きとし生けるもの全てを利するものであって、仏教を好きな人にだけ利益を与えて、それ以外の人には危害を加えるというものではありません。仏教はありとあらゆる衆生を広く利するものであり、どのような衆生に対しても偏りなく利益をもたらします。

仏教では、自分に利益をもたらしてくれる人には利益を与え、自分に危害を加えてくる人には危害を加えてよいと考えるのではなく、むしろ利益をもたらしてくれる人以上に危害を加えてくる人を助けようと考えます。そして利他の対象についても、クシャトリヤやバラモン (brāhmaṇa、bram ze'i rigs、司祭階級を指す) といった身分の高い人々だけに利益を与え、チャンダーラ (caṇḍāla、gdol rigs、賤民を指す) やシュードラといった身分の低い人々には危害を加えてもよいと考えることは決してなく、むしろ身分の高い人々以上に身分の低い人々に慈悲の心を向けて大切に守ろうと考えます。また、人間にだけ利益を与え、それ以外の衆生には危害を加えてもよいと考えることも決してありません。その他の衆生も人間と同じように病氣や苦悩を抱えているものです。人間界にいる馬や牛などの動物を見れば分かるように、どんな衆生であっても幸せを望み、苦しみを望まない点では一緒ですし、人間と違って動物たちはどのようにして幸せをかなえればいいのか方法を知らない分、より一層の慈愛と優しさを向けるべき存在なのです。

ラマの資質についても同じで、利他の心を備えて利他の行いを心がけている者は上級のラマ、自利も利他也ほどほどに行っている者は中級のラマ、利他を一切心がけていない者は下級のラマです。つまり、ラマの資質の基準も無害寂靜の道をしっかり修得できているかどうかで判断されるため、実践している者こそが優れたラマということになります。

ロッキーマウンテン

チベットのラマについて言えば、チベットの中だけで行う利他はあくまでも小さな利他ですので、チベット以外の仏法があまり栄えていない場所に行って利他を行うことができこそ、真に偉大な功德と言えるでしょう。なぜかという、チベットの人々は仏教に親しみがあるので、全てのチベット人を眷属として迎え入れようとしたとしても、きっと大きな困難はないでしょうし、法話もとても容易に行うことができますので、そのような易しい環境で行う利他はあくまでも小さな利他に過ぎませんが、仏法があまり栄えていない場所では、法話を行おうにも人が集まりにくいでしょうし、人が集まったとしても法の意味を理解してもらうのは容易なことではなく、たとえ理解してもらえたとしても、更に正道へと導き入れることは相当難しいことだと思うからです。海外にいらっしゃるラマたちの利他の事業には想像を絶するご苦勞があったこととします。私たちが活動しているチベットではすでに仏法が栄えているので、チベットで法話や利他の活動を行うことは小さな利他でしかありません。より広範で困難な利他を行うことこそが本当に偉大なことであると私は思っています。



今回このようなお話をしたのは、すでに仏門に入った方々には、改めて仏陀と仏法に信心を起こしていただきたく、仏教に帰依していない方々には、私のお話をじっくりと吟味した上で、少しずつ仏門に歩み寄っていただきたいと思ったからです。

仏陀と仏法の功德について全てを語り尽くそうと思ったら、智者であっても完全に説明しきることは難しく、ましてや私のような者では更に数か月かけても語り尽くすことはできませんので、ひとまず今回はこの辺りで終わりにしたいと思います。

・帰依戒

続いて、どのようにして三宝へ帰依を行うかについてお話ししたいと思います。

仏へ帰依するということは、他の誰でもなく、仏のみを本師とすることであり、法へ帰依するということは、仏がお説きになられた教えにのみ従い、仏の教えに背く修行は行わないということであり、僧へ帰依するということは、仏の追隨者たちだけを修行の仲間とし、仏に邪見を抱く者や仏をみだりに誹謗する者たちとは関わらないようにすることです。そして、特に三宝を一身に集めた存在である根本ラマに祈りを捧げ、根本ラマの教えに従い、根本ラマのお心の伝承を自らの心に学び取ることを、師への帰依と言います。

もし皆さんがこのような帰依を行いたいと考えているようでしたら、今から私の後に続いて「師に帰依します。仏に帰依します。法に帰依します。僧に帰依します」と読み唱えてください。そうすることで帰依戒を授かることができます。

(法王が3回読み唱え、帰依を希望する参加者が復唱する)

今この瞬間から皆さんは仏教徒と名付けられ、今後いかなる法を修行しても、以前とは異なる大きな功德と威力を得られるようになります。帰依戒を破らなければ、今世においては魔物や悪霊などから危害を加えられることも病を患う

ロッキーマウンテン

こともなく長生きし、来世においても悪趣の苦しみを味わうことはありません。これからは全ての生において人として転生して高貴な身分や美しい容姿、富や名声に恵まれるようになり、更には極楽浄土などの浄土に生まれることもできるようになります。そして究極的には、仏のお心に備わる全ての功徳を自身の心に起こせるようになります。これが帰依の功徳です。



また、帰依をするにあたっては守るべき学処があります。仏に帰依してからは普段から仏と菩薩たちへの祈りを忘れないこと、法に帰依してからは上下や優劣を問わず、いかなる衆生にも悪の心を抱いたり悪行を働いたりしないこと、僧に帰依してからは仏の追随者たちに従い、共に菩提道の修行と学習に励むこと、そ

して特にラマに帰依してからはラマに敬い仕え、ラマの教えに従い、ラマのお心に沿って物事を行うよう心がけることが求められます。

皆さんには、今この瞬間から菩提を得るその時まで担っていかねばならない2つの責任があります。まずは、いついかなる時も一切衆生に利益と幸せをもたらすために力の限りを尽くすこと、これが1つ目の責任です。そして、仏の教えがなければ一切衆生に利益と幸せをもたらすことはできないため、仏の教えを伝え広めて栄えさせていくために努力すること、これが2つ目の責任で、例えば今まで道場がなかった場所に新しい道場を開いたり、既設の道場の更なる繁栄のために尽力したりすべきであるということです。

今、皆さんは三宝の弟子となりました。どうかこの名称を忘れないでください。そしてどうか三宝のことを忘れないでください。

(会場に笑いが起こる)

『文殊静修ゾクチェン』の要義

7月6日の午前、法王は道場の管理者の方々にお会いして法話をされた後、ドルジェ・カスン（Dorje Kasung）の皆さんとお会いになりました。彼らは統一された軍服を着て『カーラチャクラ』の歌を披露し、シャンバラが憤怒相によって逆境を降伏していくという素晴らしい縁起を担ぎました。



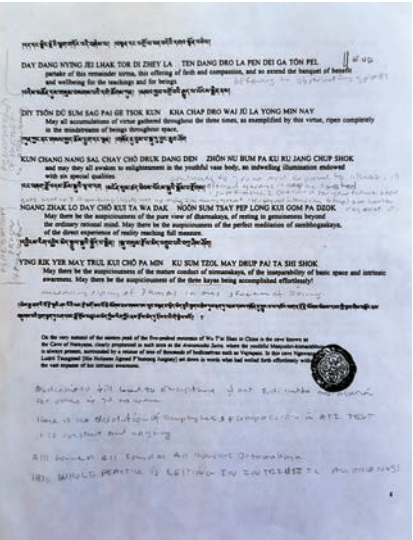
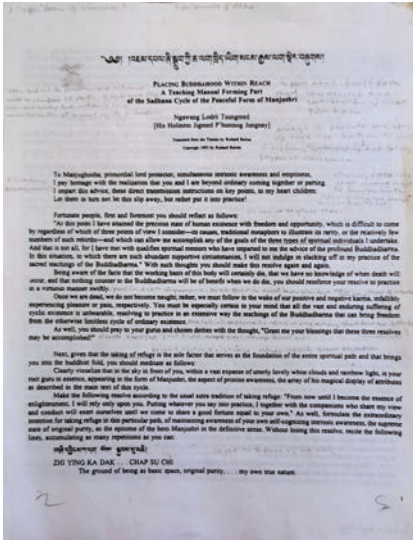
午後になると、法王は『文殊静修ゾクチェン手引き—仏を手中に授ける—』の口伝を読み唱えられた後で、その根本要義を解説されました。

そもそも『文殊静修ゾクチェン』自体がゾクチェン全体の精髓とも言える教えであり、共通しない特別な素晴らしさをたくさん兼ね備えているのですが、今回、法王はそれを更に要約して解説されました。そのため『文殊静修ゾクチェン』の濃縮版とも言える今回の法話は、より一層価値のある貴重な内容と言えるのではないかと思います。法王はよりシンプルかつ平易な言葉を用いて一つひとつの手引きを正確に解説されたので、より秘訣が凝縮された、大きな

ロッキーマウンテン

ご加持を秘めたものとなりました。このような金剛のお言葉は、法王の智慧の海から流れ出したものであるため、たとえ長い年月をかけて苦勞して考え抜いても、並大抵の人にはとても生み出せるものではないと思います。

法王は当時、次のようにお話しになりました。



当時の資料『文殊静修ゾクチェン手引き一仏を手中に授ける一』、
『文殊静修ゾクチェン儀軌』

全体としては、この手引きは修行の次第を記したものですから、全ての内容をチベット語で読む必要はありません。英語で意味をきちんと理解できるのであれば、あえてチベット語で読む必要のない部分もあります。ただし、読誦する儀軌や発願文は作者がご加持を込めた言葉の通りに、そのままの言語で読み唱える方が好ましいです。

例えば『文殊静修ゾクチェン儀軌』（'jam dpal zhi sgrub kyi 'don chog）を例に言えば、これはチベット語で書かれた法であり、ご加持もチベット語で込められているため、主にチベット語で読み唱える必要があります。もちろん、も

しその言葉が真実の言葉を成就した者によってご加持されたものであれば、英語でもサンスクリット語でも、いずれの言語で読み唱えても構いません。例えば、仏の經典やインドの智者たちの論書は全てサンスクリット語で説かれたものですが、後にそれらをチベット語に翻訳した翻訳者の方々は、ヴァイローツァナをはじめ真実の言葉を成就された方々ですから、翻訳された読誦儀軌のほとんどはチベット語でもご加持が込められています。このように真実の言葉を成就した者によるご加持が込められているのであれば、どの言語で読み唱えても構いません。



では、真実の言葉はいつ成就されるのかというと、利根の者は加行道において、中根の者は一地菩薩の境地に至った時に、鈍根の者でも八地菩薩の境地に至った時には必ず真実の言葉を成就することができると言われています。

真実の言葉を成就しているかどうかはどのように判断されるかというと、例えばある街で火災が起こったとして、もし真実の言葉を成就した者であれば「火が消えますように」と言葉にした途端に火は消えますし、誰かが重い病にかかっていたとして、どうしても治療の必要性がある場合に限りませんが、真実

ロッキーマウンテン

の言葉を成就した者が「病が治りますように」と言葉にした途端に病が治りますのですぐに分かります。

私としては、この文殊の寂靜の修行法は守護者文殊菩薩によってご加持が込められたお言葉であり、『プルバ・グルククマ』などの読誦儀軌は、オギエン・リンポチェによってご加持が込められたお言葉であると誇りに思っていますので、その通りに読み唱えるのが最も好ましいと考えています。

・『仏を手中に授ける』の内容

『仏を手中に授ける』という手引きには、初学者が最初に行う前行から修行を極めるまでの、修行道における要点が全て網羅されています。

まず、修行の初めには「心を転換するための4つの考え方」(blo ldog rnam bzhi)に基づく瞑想をできる限り行うことがとても大切です。「心を転換するための4つの考え方」は共通する外なる前行に属するもので、「有暇円満の得難さ」、「生命の無常」、「因果応報」、「輪廻の苦しみ」の4つを指します。



1つ目は、有暇円満を兼ね備えた尊い人身は、因、比喻、数のどの面から見ても極めて得難いものであるため、得ることができたのならそれは大変喜ばしいことです。ですから、いついかなる時も、人として生まれたことを無駄にすることなく、清らかな善法を修行す

べきであると考えましょう。これが有暇円満の得難さに関する瞑想の手引きです。

2つ目は、有暇円満を兼ね備えた人の体を得たとしても死ぬことは決まっています、いつ死が訪れるのかは誰にも分からず、また、死ぬ時には法を除いて何ひとつ役に立つものはありません。このことを理解した上で、善法の修行を行うことを決心しましょう。これが生命の無常に関する瞑想の手引きです。

3 つ目は、死は、火が消えたり水が枯れたりした時のように全てが無になるわけではなく、生前に善業を積んでいれば広大な幸せが、悪業を積んでいれば果てしない苦しみが死後に待ち構えていますので、善と悪を正しく取捨することが大切になります。これが因果応報に関する瞑想の手引きです。

4 つ目は、もし悪業を積んで三悪趣のいずれかに生まれてしまったら、三悪趣の苦しみは極めて広範にわたり、果てしなく長く耐え難いものなので、来世でそのような苦しみが自分の身に降りかかることのないように、今世で精進して善を積み、悪を断つべきであると考えましょう。これが輪廻の苦しみに関する瞑想の手引きです。これらの「心を転換するための4つの考え方」は、大乘小乗を問わず、仏教の修行者であれば誰もが修行すべきものなので、共通する外なる前行と呼ばれています。

次に、共通しない内なる前行は大きく2つに分けられます。まず1つ目は「帰依」で、自分は仏を唯一の本師として信奉し、仏の説いた法を唯一の道として修行し、聖なる僧を唯一の仲間として師事し、究極の仏の境地を成就していくのだと考えることが、顕教で説かれている帰依の方法で、自分はもとより仏であるという見解を抱いた状態で、一心に禅定の境地にとどまるために励むことが、共通しない密教における帰依の方法となります。

2 つ目は「発菩提心」です。果てしない苦しみに苛まれている生きとし生けるもの全てを不憫に思い、彼らに慈悲心を起こすだけでなく、彼らが皆仏の境地に至るよう願うことを「発願心」と言います。そして、長期的な苦行を必要とせず、楽に速やかに仏の境地に至ることのできる方法は光り輝くゾクチェンであるからこそ、自分は光り輝くゾクチェンを修行していくべきであると考え、ゾクチェンの見解のもとに境地を守っていくことを「発趣心」と言います。

「帰依」と「発菩提心」は共通しない大乘の経蔵に対応する道なので、共通しない内なる前行と呼ばれています。

続いてはグルヨーガです。

まず、自分の目の前の空中に美しい虹の光と白い雲を思い浮かべ、その中央に智慧薩埵 (jñānasattva, ye shes sems dpa') の文殊菩薩と無二の本質として

ロッキーマウンテン

存在している根本ラマを観想し、その服飾品やお姿は全て『文殊静修ゾクチェン儀軌』に記されている通りに、鮮明に観想していきます。これは福田の観想です。

このように観想した後、その恩義ある根本ラマに対して、自分の体、享受、三世の善根の全てを惜しみなく捧げていくと考えます。これはマンダラの供養に関する手引きです。

続いて、罪と過ちを浄化していきます。目の前の空中に、ラマと文殊菩薩を不可分に観想することは抛り所の力、今までに為した全ての罪を強く悔やむ気持ちを起こすことは悔恨の力、今後はたとえ命の危機に瀕しても二度とこのような罪を犯さないと誓うことは回復の力、全ての罪と過ちを清めるためにラマに強く祈ることは対治の力です。これら4つの力によってしっかりと罪と過ちを清めていきましょう。これが障害の浄化に関する手引きです。



このように、マンダラの供養と障害の浄化に関する観想のプロセスを経てから、本格的なグルヨーガに入っていきます。まずは「全ての帰依処を一身に集めた恩義ある根本ラマよ、どうか思いを垂れて私の心をご加持ください。成熟させる灌頂によって私の心を成熟させてください。解脱させる教えによって私の心を解脱させてください。

私の心に深遠なるゾクチェンの素晴らしい道が生じ、四現 (snang bzhi) を極めることができるようご加持ください」と考えて祈願を行います。最後にはラマが光となって自分に溶け込み、自分の身口意とラマの身口意が不可分一体となった境地の中で一心に安住します。これがグルヨーガの手引きです。

続いて、まずは自分の凡庸な体の中央で、脈管 (rtsa、ツァ) と風 (rlung、ルン) の働きによって火が起こり、それによって自分の体の不浄なる部分が全て法界に消えていくと観想します。これは不浄を浄化する完成のプロセスです。

そして、自分の体を文殊童子のお体として観想し、体の中央に脈管、風、滴 (thig le、ティクレ) の様子を理趣の通りに鮮明に観想していきます。これは脈管、風、滴の観想のプロセスです。

そして、脈管の中から風を引く働きによってへそに火が起こり、頭頂部のハムの字 (ᠬᠠᠮ、ham) から流れ落ちた甘露によって自分の全身が満たされたら、楽空無二の境地の中で瞑想を行います。これは完成のプロセスそのものに関する手引きです。

グルヨーガと完成のプロセスに関するこれら2つの手引きは、密教のタントラ部全体に対応する前行の手引きであり、シャマタやヴィパッサナーなどの多くの方によって自らの心の法性を確定していくことは、共通しないゾクチェン自学派の前行です。

そして、いつか心の法性を概念的、論理的に理解するだけでなく、それそのものを目の当たりに見ること、それがすなわちテクチャーの手引きです。

自分の体を仏のお体へと清め、自分の言葉を仏のお言葉として完成させ、滴を大いなる智慧として成熟させる特別な方便が、すなわちトゥーゲルの手引きです。

この道を修行する力によって、四現が無事に完成し、4つのお体と5つの智慧を兼ね備えた本性が現前することが、ゾクチェン全体の結果です。

以上が、今世において解脱するための手引きです。

臨終時の解脱の教えとしては、まず、自分が死に瀕した時に、自分の体を文殊童子のお体として観想し、心の滴の中央に、意識そのものを白いアの文字 (ᠠᠠ、a) として観想します。そして、聞き心地の良い声で「ア」と唱えながら、そのアの文字がどんどん高くのぼっていき、自分の頭頂をも突き抜けて、頭上にいるラマ文殊金剛 ('jam pa'i rdo rje) のお心に溶け込んでいきます。そして、ラマもどんどん空高くのぼっていき、極楽浄土へと向かっていきます。このように何度も観想することが、臨終時の往生の手引きです。

死後には、法性の中有 (chos nyid bar do) において、想像を絶するような音、光、光線、本尊の姿が現れますが、その時に全ての現れを真実に存在するもの

ロッキーマウンテン

と執着せずに、自然に安住することができれば、そのまま仏の境地へと解脱することができます。これが法性の中有に関する手引きです。

自己顕現 (rang snang) の中に六道の現象が夢のように現れた時に、ラマに祈りを捧げ、かつて修行した臨終時の要訣を思い出すことができれば、自性化身の刹土 (rang bzhin sprul sku'i zhing) に解脱することができます。これは生存の中有 (srid pa bar do) に関する手引きです。

ここまでで、上級の機根を持つ者は今世において解脱し、中級の機根を持つ者は法性の中有において解脱し、下級の機根を持つ者でも自性化身の刹土に解脱するための3つの手引きについて明確に説明しました。

これらが手引きの『仏を手中に授ける』の中で説かれている内容の全てです。

・『仏を手中に授ける』の特徴

この手引きには「言葉がシンプルである」、「意味が要約されている」、「深遠なご加持が込められている」という3つの顕著な特徴があります。まず、「言葉がシンプルである」という点としては、内容を表すための語句がとても簡潔で、平易な言葉で分かりやすくまとめられているということで、このような手引きは未だかつてインドやチベットに現れたことがありませんでした。次に「意味が要約されている」という点としては、総じて、仏のあらゆる教えの要点を修行しようと思った時にこれより優れた手引きは存在しませんし、特に、前行の「心を転換するための4つの考え方」から本行の修行に至るまでの、全ての道が網羅されているので、1人の人間が修行して悟りを開くまでの錯誤のない方法の全容が記されていることです。「深遠なご加持が込められている」という点としては、全てのゾクチェンの教えが「見て解脱する」(mthong grol、見解脱)、「聞いて解脱する」(thos grol、聞解脱)、「触れて解脱する」(reg grol、触解脱)、「心に思うことで解脱する」(dran grol、憶解脱)という不可思議なものであるように、この教えにもそれらの功德が全て備わっていることです。

この手引きには、更に「相承系譜が近い」、「誓言が汚されていない」、「時代に合った教えである」という3つの素晴らしい特徴もあります。まず「相承系譜が近い」ことの素晴らしさは、皆さんと守護者文殊菩薩の間に存在しているのは私だけであるという点です。私以外には介在者がいないため相承系譜が近いということになります。

(ここで会場に笑いが起こる)

次に「誓言が汚されていない」ことの素晴らしさは、一般に教えが代々受け継がれていく中で、師弟間または金剛法友間でトラブルが発生した場合には教えのご加持も損なわれてしまうのですが、この手引きは伝え広まってから現在に至るまで、誓言が一度も汚されたことがないという点にあります。そして「時代に合った教えである」ことの素晴らしさは、どの教えもそれぞれ異なる時代に合わせて説かれているため、例えば、人々の寿命が長く煩惱が少ない劫の初期に説かれた教えもあれば、人々の寿命が短く多病で、煩惱が盛んな時期に説かれた教えもあるのですが、この手引きは今の時代に合わせて説かれたものなので、まるで病に合わせて処方された薬のように、時代に適した錯誤のない教えであるという点にあります。



全体と個別のそれぞれの観点を鑑みて説かれている教えはたくさんありますが、その中でもこの手引きは、先日皆さんにお話したように、全体としては全世界、個別としては欧米諸国を鑑みて説かれており、インドのブッダガヤを中心としてそれぞれ東西南北の四方に存在する4つの大きな地域のうち、特に西方の地域

に住む人々に向けて説かれたものになります。そして、この教えに関する授記の中でも、「太陽は東方の国々から昇るが、そのまばゆい光の輝きは西方の

ロッキーマウンテン

国々を照らす」と明記されています。ですから私は、きっとこの教えは東洋の人々よりも西洋の人々が修行した方が、より速くそのご加持と悉地を得られるのではないかと考えているのです。授記の文言から推察してみても、西洋に近いインドなどの国々に住む人々より、実際に西洋に住んでいるアメリカの人々などが修行した方が、きっとより大きな功德とご利益を得られるように思います。もちろん、これはあくまでも私の個人的な見解で、授記に記されていることではありませんが、私には、この手引きが皆さんと本当に特別なご縁のある教えであるように感じられるのです。

先進国で暮らしている皆さんは毎日いろいろなことに追われていて、仏法の学習や修行にあまり多くの時間を割くことはできないでしょうから、先ほどお話ししたように簡潔で分かりやすい言葉で意味が要約された修行のしやすいこの手引きは、きっと皆さんのお役に立つに違いないでしょう。

(ここで会場に笑いが起こる)

これから実際に修行を始める場合には、この手引きの語義を全て直接理解できるといふ方はそのまま手引きに沿って修行を進めてください。ここにお集まりの皆さんはすでに私の直弟子であり、私がこの教えを直接皆さんに伝授しましたので大丈夫です。もしこの手引きで分からないところがあれば、この法の伝承を受け継いでいるラマのもとで学習と研鑽を積むようにしましょう。この法はさほど難解なものではないので、理解できるまでに長くはかからないはずで、全ての語義をきちんと理解できるようになってから修行することで、きっと大きなご利益を得られるでしょう。

この教えの伝承を受け継いでいる方は世界中にたくさんいらっしゃいます。例えば、この会場にいらっしゃるラマたちの中にも、インドやチベットで暮らすラマたちの中にも、そして中国にも、この教えの伝承を受け継いでいる方は多くいらっしゃいますので、いずれにしても、この教えの伝承を確実に受け継いでいる功德あるラマであれば、どなたのもとで学んでも大丈夫です。

ここまでを手引きの『仏を手中に授ける』の要義に関する説明とし、解説を終了します。

『プルパ・グルククマ』の簡略的な修行法

『仏を手中に授ける』の要義を解説された後、法王は皆さんからのご要望にお応えして、『プルパ・グルククマ』の観想方法の要訣をまとめて次のように解説されました。



皆さんから『プルパ・グルククマ』の生成のプロセスの修行方法について簡単に説明して欲しいとのご要望がありましたので、今皆さんのお手元にあるテキストについて、全ての要点をまとめて説明していきたいと思います。

まずは、テンギャム・リンポチェから直々に伝授していただいた相承系譜

の祈願文から見ていきますが、法身普賢 (samantabhadra, kun tu bzang po)、報身金剛法 (vajradharma, rdo rje chos)、化身蓮華生 (padmasaṃbhava, pad ma 'byung gnas) から、ナナム・ドルジェ・ドゥジョムまでは、歴代の相承系譜のラマたちに対する祈願で、リクジン・グーキ・デムトゥチェン (rig 'dzin rgod kyi ldem 'phru can) からペマ・ワンチェン (pad ma dbang chen) までは私の歴代の転生に対する祈願、その後は吉祥なる金剛童子 (vajrakumāra, rdo rje gzhon nu) のマンダラのイダムたちへの祈願となっています。このように祈願を行うのは内外の障害をなくすためであり、外なる障害としては病魔、妨害霊 (bgegs)、悪霊 ('byung po) などによる危害が発生しないよう、内なる障害としては、光り輝くゾクチェンの修行を妨げる悪しき分別念が起らないよう、そして特に、生成のプロセス、完成のプロセス、ゾクチェンの境地を現前に証悟することができるようご加持を祈ります。

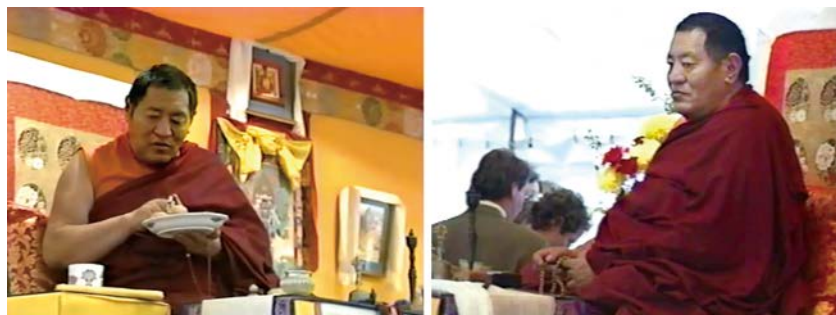
次に、帰依、発菩提心、誓言の受法について説かれていますが、まずは自らの明智である真実の智慧がイダムとして現れた姿である吉祥なる金剛童子に、心の底から真摯に帰依を行います。続いて、果てしない一切衆生を輪廻の苦し

ロッキーマウンテン

みの海から救い出すために菩提心を起こします。そして、憤怒尊の誓言の中で説かれている取捨すべきことを、自分もその通りに行くと誓って誓言を受法します。

続いては、生成のプロセスそのものについてですが、まずは諸法が空を本質としているという見解のもとに安住し、その空を本質とした状態から自分が一瞬にして、憤怒の形相を伴った、あらゆる憤怒尊の王たる吉祥なる金剛童子になると観想します。

どのように吉祥なる金剛童子を観想していくかということ、お体の色は暗い青色で、1つのお顔と2つの腕があり、両手をこすり合わせて金剛槌を持っていて、10種の栄光の装飾品 (dpal gyi chas bcu) と8種の尸陀林の装飾品 (dur khrod kyi chas brgyad) として、人の皮、象の皮、虎の皮などを身にまとい、乾いた状態、湿った状態、生乾きの状態のカパーラの数珠などによって体を装飾しているという、恐ろしいお姿を観想する必要があります。そして、蓮華と日月輪の座の中で、交差している男女のルドラ (rudra) の上に、両足を力士のような大股の姿勢で大きく開いて立っており、燃え盛る智慧の炎の中にいらっしやると鮮明に観想していきます。



マントラを唱える時は、全ての現象はイダムであり、全ての音声はマントラであり、全ての妄念や分別は智慧の遊舞であるという見解を伴った境地に安住しながら瞑想します。

最後に、「この善根をはじめとする全ての善根が、吉祥なる金剛童子の境地を得る因となりますように」と考えて廻向を行います。そして、「このように生成のプロセスや完成のプロセスの深遠な修行に精進した善根の力によって、あらゆる時空に存在する不吉な災いがなくなり、大いなる善の光が三域に行き渡りますように」と考えます。これは吉祥文の読誦です。

ここまでで、皆さんのお手元にある『プルバ・グルククマ』の手引きの全容を解説しました。

お別れの祝福

ロッキーマウンテンでの灌頂、手引き、法話を全て終えられた法王は、皆さんとのお別れに際して次のようにお話しになりました。

ここでの法話もいよいよ最後となります。ロッキーマウンテンの道場の皆さんは、私にとって本当に大きなご恩のある存在です。ご招待をいただいたことから始まり、途中で多くの出費や到着後の厚遇など多大なご支援を賜りました。例えばこちらにいらっしゃる頬髭を生やした強面の男性には、飛行機を降りたばかりの私たちを迎えに来ていただいた時から今この瞬間まで、本当に何から何までたくさんお世話になりました。そして、皆さんが私に向けてくださった喜びと信心も思いもよらないものでした。生活面でのサポートから医師による治療に至るまで、皆さんには各方面でご迷惑をおかけしたと思います。私にはお返しできるものが何もありませんが、それでも皆さんが全ての生において円満な幸せを得られるよう、吉祥の言葉による祝福をお贈りしたいと思えます。



頬髭の男性（右端）

ロッキーマウンテン



まず、道場の責任者の皆さんが、素晴らしい境地を兼ね備えた高潔な修行者となり、全てにおいて吉祥がもたらされますように。これが1つ目の吉祥の祝福です。

次に、全ての道場が円満に栄えていきますように。これが2つ目の吉祥の祝福です。

続いて、皆さんが心の中に素晴らしい証悟の境地を得られますように。これが3つ目の吉祥の祝福です。

更に、皆さんが今世において病にかかることなく長生きし、満ち足りた幸せを得られますように。これが4つ目の吉祥の祝福です。

そして最後に、私たち師弟が今世でまたお会いして、法の解説と聴聞をすることができるよう。そして特に、来世で西方極楽浄土に往生して守護者阿弥陀仏のもとで再びお会いし、深遠かつ広大な仏の教えを享受できますように。これが5つ目の吉祥の祝福です。

法王はこのようにおっしゃった後、縁起の真髓のダーラニー (rten 'brel snying po) と、真実の言葉による吉祥偈をいくつも読み唱え、最後に廻向と発願を行われました。

こうして、法王のロッキーマウンテンでの弘法活動は幕を閉じました。



NAPA VALLEY, USA

4 駅目

7月7～22日

アメリカ

ナパバレー

スケジュール

SCHEDULE

- 7月7日 アティ・リンに到着
- 7月8日 サンフランシスコ市内を観光
- 7月9日 午後に『縁起除障法』の灌頂を伝授
- 7月10日 午前に『チェツン・ニンティク』の灌頂を伝授
午後に『チェツン・ニンティク』第1回目の法話
- 7月11日 『プルパ・グルククマ』の灌頂と法話
- 7月12日 午後に『チェツン・ニンティク』第2回目の法話
- 7月13日 午前にサンフランシスコのフランス総領事館を訪問
午後に『チェツン・ニンティク』第3回目の法話
- 7月14日 午前にヴァレーホの海洋公園を遊覧
午後に『チェツン・ニンティク』第4回目の法話
- 7月15日 午前に同行者たちが熱気球に搭乗
午後に『文殊静修ゾクチェン』の灌頂と法話

- 7月16日 午前に『仏を手中に授ける』の法話
午後にプライベートジェットに搭乗
- 7月17日 午後に『プルパの最も深遠な真髓』の灌頂と法話
および『37の菩薩の實踐』の法話
- 7月18日 午後に長寿灌頂の伝授後、大規模なツォを催行
- 7月19日 リクジン・リンへ移動
夜に『縁起除障法』の灌頂を伝授
- 7月20日 タシ・チューリンへ移動
午後に仏教徒の方々に向けた法話
- 7月21日 午後に金剛薩埵の像に開光の儀式を挙行
夜に往生法と長寿灌頂の伝授
- 7月22日 イェシェ・ニンポ・オギエン・ドルジェ・デンに移動
『智慧薩埵文殊』の灌頂を伝授

ナパバレーに到着

7月7日の朝、私たちはロッキーマウンテンの道場を出発し、車に3時間ほど乗ってデンバーのステープルトン空港に移動した後、飛行機で約3時間かけてカリフォルニア州のサンフランシスコ国際空港に到着し、そこから更に車で2時間半ほど移動して、ようやくワインで有名なナパバレーに到着しました。

アメリカ初の世界的なワインの生産地であるナパバレー一帯は美しく広がる景色と心地よい気候に包まれており、眼前にはなだらかな葡萄園がどこまでも広がっていました。1980年代以降、ワインブランドが有名になるにつれて旅行業が盛んになり、カリフォルニア州でも人気の観光地となったこの山谷で、人々はおいしい食事や芸術的な野外活動など様々に楽しむことができます。



その日の午後、山あいに太陽が沈みかけた頃に、私たちはナパバレーのアティ・リン (Ati Ling) に到着しました。ここはトムゲ・ジグメ・リンポチェ (khrom dge 'jigs med rin po che) によって開かれた道場で、静かで心地よい雰囲気が漂う山の斜面に建てられていました。道場周辺には枝葉の生い茂った大きな木がたくさん生えていて、



建物や家屋は木の葉に覆われており、木の葉の隙間から差し込む陽の光がまだら模様を描き、幻想的な雰囲気を生み出していました。その日は大変暑かったのですが、道場の門をくぐり抜けて周辺一帯に広がる樹木を見た瞬間にとっても涼しい気持ちになりました。

法王はアティ・リンで7月18日までの11日間をお過ごしになられたため、今回の欧米巡行では最も長く滞在した場所となりました。この間の法話はアティ・リンの近くにあるリンカーン劇場 (Lincoln Theatre) で行われました。



リンカーン劇場

DAILY SCHEDULE

* Please note schedule change—afternoon sessions have been shortened to 2:4 p.m. due to His Holiness' health.

Friday, July 9

2:4 p.m. 7:9 p.m.

Tendrel Nyeshel (Nyagla Sogyal) Empowerment and Teachings

Saturday, July 10

10 a.m.-noon 2:4 p.m.

Chetzun Nyingthig Empowerment and Teachings

Sunday, July 11

10 a.m.-noon 2:4 p.m.

Terms of III. Jigmed Dhundzog Jungnyu:
Sanggye Lagter (Peaceful Manjushri) & Dhurba Gurkhuwa
Empowerments and Teachings

Monday through Friday, July 12-16

7:9 p.m.

Introductory Teachings:
Buddhism, Vajrayana Buddhism, and Vajrayana Preliminary
Practices

Monday through Wednesday, July 12-14

2:4 p.m.

Chetzun Nyingthig Teachings
(July 10th empowerment required for attendance)

Thursday, July 15

10 a.m.-noon

Sanggye Lagter (Peaceful Manjushri) Empowerment.
(Note: This second offering of the Sanggye Lagter will be given by His Holiness' niece, Tulkar Ani Muntso, a lineage holder and incarnation of Dakini Mingyur Daldren. This is a rare opportunity to make direct connection with one of the most highly accomplished female Vajrayana practitioners of our time.)

Thursday and Friday, July 15-16

2:4 p.m.

Teachings on the Sanggye Lagter
(July 11th or July 15th empowerment required for attendance)

Saturday, July 17

10 a.m.-noon 2:4 p.m.

Vajraklaya (Nyagla Sogyal Lineage)
Empowerment and Teachings

Sunday, July 18

10 a.m.-noon 2:4 p.m.

Longevity (Nyagla Sogyal Lineage)
Empowerment and Teachings

Sponsored by Chaglad Gonpa Foundation (916) 623-2714 & Yeshe Nyingpo (503) 488-0477

ナパバレーでの法話のスケジュール



サンフランシスコ観光

7月8日、私たちは名高い土地サンフランシスコで丸1日を過ごしました。サンフランシスコはアメリカでも最も特色のある街の1つで、多様性に富んだクリエイティブな街でもあります。イタリア人、スペイン人、メキシコ人、日本人、中国人など、多様で異なる文化を持った民族が集まり、開放的で自由な雰囲気になりあふれた街の様子は、まるで画家が持つパレットのように色彩豊かな光を放っているかのようでした。



私たちは多種多様な文化を包括した街の景観が持つ寛容さに圧倒されるとともに、現地の多才な人々の様子を見て回り見聞を広めました。一通り街を散策した後、私たちはゴールデン・ゲート・ブリッジを見に行くことにしました。

ゴールデン・ゲート・ブリッジはサンフランシスコのシンボルともいえる橋で、1937年に竣工しました。全長約2.7キロメートル、全高227メートルで、当時は世界で最も長く最も高い橋でした。現在もその優れた造りとデザインから「世界一美しい橋」と称されていますが、水面から約75メートルの高さに

ナパバレー

デッキがあるためか、世界一飛び降り自殺の多い橋としても知られています。1937年に橋が開通してから3か月も経たないうちに従軍経験のある年配の軍人が橋の上から飛び降りるという事件が起きたのを皮切りに、徐々に西海岸の中でも自殺の多発地区として知られるようになり、私たちが訪れた時にはすでに1,000名近くの方々がこの橋で自ら命を絶っているのだと教えていただきました。私たちは亡くなられた方々のために肅々と観音菩薩のマントラを唱えて廻向を行い、夜遅くに道場に戻りました。

縁起除障

7月9日から、法王はリンカーン劇場で正式にナパバレーでの法話を開始されました。

今回の法話はアティ・リン、リクジン・リン (Rigdzin Ling)、タシ・チューリン (Tashi Choling)、イエシェ・ニンポ・オギエン・ドルジェ・デン (Yeshe Nyingpo Orgyen Dorje Den) の4つの道場による合同主催で、参加者のほとんどはニンマ派の教法に信心を抱いて長年密法を修行している仏教徒の方々

でした。参加者の大半がサンフランシスコ在住の方々でしたが、一部にはシアトルやロサンゼルスから参加しているという方もいました。1,000席以上の座席を有する大劇場が全て満席となり、各国からいらした様々な文化を持つ人々が法王の訪問を熱烈に歓迎していました。ナパバレーで法王の通訳を務めたのは、チューキ・ニマ (chos kyi nyi ma) というアメリカ人の方でした。

7月9日の午後、法王はテルチェン・レーラブ・リンパの『縁起除障法』の灌頂を伝授されました。この灌頂には広、中、略の3種類があるのですが、この日伝授されたのは中にあたる内容でした。



ナパバレーでの通訳を担当した
チューキ・ニマ (右端)



『チェツン・ニンティク』第1回目の法話

7月10日の午前、法王はコントウル・ユンテン・ギャムツォ (kong sprul yon tan rgya mtsho) の記した『チェツン・チェンポのヴィマ・ニンティクにおける灌頂の実践について明らかに記した優れた鍊金液と呼ばれるもの』(Ice btsun chen po'i bi ma la'i snying thig gi smin byed lag len gsal bar bkod pa gser 'gyur rtsi mchog ces bya ba bzhugs so) に基づいて、『チェツン・ニンティク』の灌頂を伝授されました。

また、法王はその日の午後からジャムヤン・ケンツェ・ワンポのテルマである『チェツン・ニンティク』の法話を開始されました。この法話は計4回行われ、今回はそのうちの1回目の法話となります。

光明四現 ('od gsal snang bzhi) が究極に達した後、

不変の明智が五身となり、

大転移の虹の体という純粋なお姿となった不死のヴィマラミトラよ、

どうか私にご慈悲を垂れ、ただちに現前してご加持を賜りください。

私たちの本師である、大いなる慈悲と巧みなる方便を兼ね備えた仏は、無数劫の昔にまず至高の菩提心を起こし、中間においては三大阿僧祇劫にわたって資糧を集積し、最後にはインドのブッダガヤにて成道されるという示現をなされました。

その後、小乗における共通する所化と共通しない所化たちを導くために、ヴァーラーナシーの仙人墮処・鹿野苑において、人間の五比丘と8万の天人たちに、最初の教えとして四聖諦の法輪を転じました。

続いて霊鷲山では、大乘の共通する所化たちのために中間の教えとして無相の法輪を転じ、広、中、略の『般若経』などの法を説くことで、色法から一切智智に至るまでの諸法が、自性を持つものではないことを確定していきました。

そして、大乘の共通しない所化たちには、ペマ・チェン (pad ma can) などの不特定の場所で、最後の教えとして善弁別の法輪を転じました。

その後には、機根が極めて優れている修行者のために、密教金剛乗の法を秘密の方法で要約してお説きになりました。例えば、ウッディヤーナでは『秘密集会タントラ』を、インド南部のダーニャカタカの塔では『カーラチャクラ・タントラ』をお説きになられ、天、龍、夜叉、ガンダルヴァ、ガルダ (garuḍa, nam mkha'lding) などの世界でも、共通しない種姓を備える修行者たちのために、密教金剛乗の法をお説きになりました。



そして涅槃が近づいた時、私は自ら直々に「私が滅度してから8年経った後、ウッディヤーナの西北に位置するダナコーシャ湖で、ペマ・ジュンネと呼ばれる、私より優れた者がお生まれになるでしょう」と授記されました。また、ゾクチェンの12人の導師 (rdzogs chen ston pa bcu gnyis) のうちの1人である持金剛仏は、人の寿命が果てしなく長かった時に『音の反響の根本タントラ』 (sgra thal 'gyur rtsa ba'i rgyud) をはじめ数多くのタントラをお説きになりましたが、『音の反響の根本タントラ』においては、争いを備え、五濁が栄えるようになった時には、ガラブ・ドルジェ、ジャムベル・シェーニエン、シュリーシンハ、ジュニャーナーストラなどによって、深遠なるゾクチェンの法が明らかにされることが授記されています。具体的には、『音の反響の根本タントラ』のうち「ダナコーシャの貴婦人に、父なき子のヴァジュラヘー」などの句はガラブ・ドルジェのことを、「マンジュシュリーパティ」などの句はジャムベル・シェーニエンのことを、「施主のシュリーシンハ」などの句はシュリーシンハのことを、「ジュニャーナーストラがこれを持する」などの句はジュニャーナーストラのことを授記していると言われています。この他にも、ペマ・ジュンネとヴィマラミトラは、暗黒の地チベットに光り輝くゾクチェンの教えをもたらした最も偉大な祖師となりました。

ヴィマラミトラの教えの体系は「極めて深遠なる真髓の 17 大タントラ」(yang zab snying po'i rgyud chen bcu bdun) に基づいており、ヴィマラミトラの著作のうち『黄金の文字を有するもの』(gser yig can)、『ターコイズの文字を有するもの』(g.yu yig can)、『法螺貝の文字を有するもの』(dung yig can)、『多様な文字を有するもの』(khra yig can) は「深遠なる 4 つの巻帙」(zab pa pod bzhi) とされています。そして、この「深遠なる 4 つの巻帙」の要点を 119 個の真髓の要訣にまとめたものがすなわち『ヴィマ・ニンティック』(bi ma snying thig) であり、これは「ニンティック・ニンマ」(snying thig rnying ma) または「ニンティック・カマ」(snying thig bka' ma) とも呼ばれます。

一方で、パドマカラが『明界灼熱タントラ』(klong gsal 'bar ma'i rgyud) や「身につけることで解脱する 6 つの真髓のタントラ」(btags grol snying po'i rgyud drug) などに基づいて、特別な聖地であるシトゥティド洞窟 (gzhi stod ti sgro'i brag) にて、7 年にわたって、ダーキニーのイエシェ・ツォギャル (ye shes mtsho rgyal) に対して、至高の宝物として伝授したものを『カンド・ニンティック』(mkha' 'gro snying thig) と呼び、これは「ニンティック・サルマ」(snying thig gsar ma) あるいは「ニンティック・テルマ」(snying thig gter ma) とも呼ばれます。

一説によると、「ニンティック・カマ」の教えは、世にとどまる時間は長いものの、そのご加持の力はそこまで速く感じられるわけではなく、「ニンティック・テルマ」の教えは、世にとどまる時間は短いものの、ご加持の力は「ニンティック・カマ」より格段に速く感じられるとも言われています。いずれにせよ、ヴィマラミトラによって記された「ニンティック・カマ」と、パドマカラによって記された「ニンティック・テルマ」を合わせて、「2 つの母ニンティック」(snying thig ma gnyis) と呼びます。

そして、この「2 つの母ニンティック」の意趣を解説するために、全知の法王ロンチェン・ラブジャムパは、『ヴィマ・ニンティック』の全ての要点を解説するものとして、51 部の法を有する『ラマ・ヤンティック』を記し、『カンド・ニンティック』の意趣と要点を明らかにするものとして『カンド・ヤンティック』を

記しました。ゆえに、『ラマ・ヤンティック』と『カンド・ヤンティック』は、「2つの子ニンティック」と呼ばれます。

「2つの母ニンティック」と「2つの子ニンティック」を合わせたものこそ、かの名高い大作「ニンティック・ヤシ」です。またこの他に、全知のラマ（ロンチェン・ラブジャムパ）は、大多数の深遠なる要訣を1つに集めたものとして『サプモ・ヤンティック』を記しました。

旧訳古派においては、ゾクチェンに対する解説方法として、「深遠なるクサーリの説明手法」と、「広大なるパンディタの説明手法」で2種類の解説方法があり、「2つの母ニンティック」と「2つの子ニンティック」は、深遠なるクサーリの説明手法に基づいて説かれたものです。一方で、広大なるパンディタの説明手法に基づいて説か



れたものの中では、「極めて深遠なる真髓の17大タントラ」、『護法神ナクモ・トゥーマのタントラ』（bka' srung nag mo khros ma'i rgyud）、『明界灼熱タントラ』を合わせた19編のタントラは「母の文字」（ma yig）と呼ばれ、これらのタントラを解説するために、持金剛仏のもともとのお言葉によって説明するのではなく、持明者それぞれの要訣によって説明している解説書は、全て「子の文字」（bu yig）と呼ばれます。広大なるパンディタの説明手法では、母の文字と子の文字に基づいた上で、ラマの教えによって補足しながら、例えば全知の法王ロンチェン・ラブジャムパの記した「7つの宝蔵」（mdzod bdun）や「安息3部作」（ngal gso skor gsum）のように解説していく必要があります。

そして、パドマカラの意趣を明らかに解説しているものとしては、後世に現れた100名のテルトンが発掘したテルマが主に挙げられます。オギエン・リンポチェには「25人の君主と臣下」（rje 'bangs nyer lnga）と呼ばれる弟子たちがいきましたが、その中でも特にオギエン・リンポチェがお気に召された弟子は主

に、偉大なるダーキニーのイエシエ・ツォギャル、大法王ティソン・デツェン、ナナム・ドルジェ・ドゥジョムの3人で、その中でも特にオギェン・リンポチェがお気に召されていたナナム・ドルジェ・ドゥジョムは、大法王ティソン・デツェンをも凌ぐ最も優秀な弟子となりました。そのため、その後順次にこの世に再来したナナム・ドルジェ・ドゥジョムの歴代の転生者たちが発掘したテルマのゾクチェンの教えは、他のテルマよりも特別優れている深遠かつ完全な法であるとされており、例えば、リクジン・グーキ・テムトゥチェンの『普賢の意趣の通徹』(kun bzang dgongs pa zang thal) や、テルチェン・レーラブ・リンパの『智慧のティクレ』(ye shes thig le) など、これらのゾクチェンの法はどれもシンプルで分かりやすいものでありながら、多大なるご加持が込められている教えばかりです。

では今回私が解説する教えは何かというと、これらのうちパドマカラがお説きになられた要訣をまとめたものを根本とした上で、偉大なパండిタであるヴィマラミトラの教えの体系に基づいて説かれている『チェツン・ニンティク』です。

まずは、この教えの由来についてお話ししたいと思います。偉大なパండిタであるヴィマラミトラは、中国の五台山へ行ってから282年経った後、チェツン・センケ・ワンチュクを直々に摂受し、灌頂、手引き、要訣を全て彼に伝授しました。チェツン・チェンポ (lce btsun chen po、チェツン・センケ・ワンチュク) は、75歳になるまで究極の成就を得ておらず、その後成就を得てもなかなか相應しい弟子が見つからないまま長い年月が過ぎ、125歳になるまで長らくご在世されました。そして、チェツン・センケ・ワンチュクが涅槃なされる際には、体が光の中に消えていって完全に光と化しましたが、その後、ダーキニーのペルキ・ロドゥマ (dpal gyi blo gros ma) などの祈願により、再び光の中から姿を現してこの要訣を説き示しました。この要訣はダーキニーたちによってそれぞれの刹土に持ち帰られたため、しばらくの間は人間界から無くなっていましたが、その後、7つの相承 (bka' babs bdun) の教主であるジャムヤン・ケンツェ・ワンポが、回想を通じて再びこの法を取り出されました。

この法には3章の要訣があり、第1章の主な内容は、成熟していない心の連続体を成熟させる灌頂、正道の修行を行うための方便、道の支分の解説の3つです。第2章では道次第の全容について述べられていて、帰依と発菩提心から善根の廻向と吉祥の言葉に至るまでの全ての儀軌が記されています。第3章は前行、本行、後行の順に解説されていて、前行の中にも科段が3つ、本行の始原清浄のテクチューの中にも科段が3つ、後行の自然成就のトゥーゲルの中にも科段が3つ設けられており、3つの部分をそれぞれ3つの科段に分けて確定しているため、この教えは別名『チェツン・チェンポによるヴィマラミトラの3章の深遠なるティグレ』(lce btsun chen po bi ma la'i zab thig dum bu gsum pa) とも呼ばれます。

今からこの法の内容を順に解説していきたいと思います。まずは帰敬偈です。

自ら生じる明智の本尊に礼拝いたします。

この言葉はどのような意味かという、私たちの心の法性は、「原因から生まれた結果ではない」、「心から生まれた仏ではない」、「教えから生まれた要訣ではない」という3つの特徴を備えているため、その本来の姿をありのままに認識することによって、自ら生じる明智という本尊に礼拝するという意味です。



続いて、第1章の本文では、歴史と修行の要訣について説かれています。まず歴史に関しては、この法が最初どのようにしてチェツン・チェンポによって説かれたか、そして、その後どのようにしてジャムヤン・ケンツェ・ワンポに受け継がれていったかについて述べられていますが、これらの内容について

ナパバレー

は今日の午前の灌頂を伝授した際に詳しくお話ししましたので、ここでは割愛させていただきます。

2 つ目は、修行の要訣についてです。この法理の教えの体系は、「要訣と灌頂の方法で伝授されるもの」と呼ばれているため、今朝の灌頂を伝授した際に、すでに順を追って全て解説していますが、灌頂を受法するにせよ、要訣を修行するにせよ、何をするにしても同じように言えることは、総じて、輪廻のいかなる物事に対しても貪りや執着を抱かない真の出離心を最初に起こす必要があるということです。このような出離心を起こすためにはどうすれば良いかというと、パドマカラとヴィマラミトラの2つの教えの体系に応じて、説明方法も2種類あります。パドマカラの説明方法としては、「有暇円満の得難さ」と「生命の無常」の2つについて思惟することによって今世に対する執着を断ち切り、「因果応報」と「輪廻の苦しみ」について思惟することによって来世に対する執着を断ち切っていく、この「心を転換するための4つの考え方」がしっかりと身につけてから、修行に入っていくべきであると言われていています。一方でヴィマラミトラの教えの体系では、『銅の文字を有する如意宝』（rin po che zangs yig can）の意趣に従い、「心の7つの瞑想法」（sems sbyong bdun）によって心を訓練していきます。その意趣の解説方法としては、全知の法王ロンチェン・ラブジャムパが『ラマ・ヤンティク』の中で述べていることと、チェツン・チェンポが3章（dum bu gsum pa）の中で述べていることとで、少し説明に違いがありますが、今回はチェツン・チェンポの教えの体系に従って説明していきたいと思います。彼はどのようにお説きになられているのでしょうか。

1 つ目の手引き

このように有為法は全て無常であり、まるで水泡のようなものです。

因と縁から生じた有為法である限り、それらはいかなる状況においても無常を本質とするものです。

外なる器世間について考えてみると、須弥山、四大洲、八中洲、鉄围山などの広大で堅固な美しい世界も、いつかは7つの火と1つの水によって全て滅ぼ

され、何も無い空っぽの虚空になります。ゆえにこれらは無常を本質とするものです。

内なる有情世間について考えてみると、これもまた無常のもので。例えば、この世界には今まで数々の転輪王が現れていて、聖地インドにも3人のパーラ (pāla) や37人のチャンドラ (candra) など多くの偉人が現れましたが、今となってはその名前さえ残されていません。このように、たとえ衆生の君主であっても無常を本質とするものなのです。

また、聖者について考えてみると、かつてこの世に現れた拘留孫仏、拘那含牟尼仏、迦葉仏も皆涅槃されていますし、更には、巧みなる方便と大いなる慈悲を兼ね備えた私たちの本師釈迦牟尼仏も、その眷属である不可思議な菩薩、声聞、縁覚たちも、皆順次に涅槃されており、今では末世の教えしか残っていません。このように聖者もまた永遠の存在ではないのです。



時間の移り変わりもまた無常を本質とするものです。劫の初期からクリタ・ユガ (kṛtāyuga、rdzogs ldan gyi dus)、トレーター・ユガ (tretāyuga、gsum ldan gyi dus)、ドヴァーパラ・ユガ (dvāparayuga、gnysis ldan gyi dus)、カリ・ユガ (kaliyuga、rtsod ldan gyi dus) と順に過ぎ去っていき、いずれの時代も永遠に続くことはありませんでした。現代においても夏から秋、秋から冬、冬から春へと四季が繰り返し移り変わっていることから、この瞬間が無常を本質としていることは明らかです。ひいては朝、今、晩、深夜といった4つに区切った時間帯にかけても時は常に流れていますし、ないしはほんの一瞬の間にも諸法は常に変化し続けているため、いずれも不変のものではありません。

例として挙げてきたこれらの外なる器世間、内なる有情世間のどれもが無常のものであるのならば、私たちの体だけが永遠に壊れないものであるはずありません。だからこそ、「急いで善を修行しなければならぬ」と心に固く誓い、特に自分自身に照らし合わせながら無常観を修行していくことが大切なのです。自分自身に照らし合わせて修行する方法としては、「必ず死ぬ」、「いつ死ぬかは分からない」、「死ぬ時には法以外の何ものも役に立たない」という3つの側面から無常観を修行していきます。

「必ず死ぬ」ということは、すなわち、今この世界に生きている生命は最後には1つ残らず必ず死ぬということです。自分がいつか死ぬということは、宗教を信仰している人々や科学者だけでなく普通の人であれば誰もが知っていて、知らないという人はまずいないでしょう。そのため、今私たちが特に修行すべきなのは「いつ死ぬかは分からない」ということについてとなります。

「いつ死ぬかは分からない」ということについて考える時には、自分はいつか「必ず死ぬ」ということを誰もが心にとどめておく必要があります。このことを常に理解しておかなければ、清らかな法の修行をおろそかにして、ただひたすらに今世の出来事に散漫するようになってしまうでしょう。改めて考えてみると、この世に生まれてきた人々は誰であれ、いつ死ぬかは定かではありません。100年前に生まれた人々は、ごく一部の人々を除けば、おそらく現在は他界されているでしょう。現在生きている私たちも同じように、永遠に生き続けることは決してないのです。総体的に考えても、世界中の全ての人々の中で

100年先まで生きている人はそう多くはないでしょうし、今日この会場にいる私たちの大多数はきっと他界していることでしょう。また、幼い頃に共に過ごした親戚や知人の中には、すでに来世に旅立たれた方も少なくないのではないのでしょうか。このように、私たち自身も確実に死にますし、死の瞬間はそう遠くない時期に訪れるでしょう。遠くないどころか、今ここにいる私たちが来年の今頃も生きていると断言することすらできず、私を含めて多くの方が他界されているかもしれません。そして、先に死ぬのは必ず老人で若者や子どもはすぐに死ぬことはないとも限りませんし、「この人は死ぬ」、「この人は死なない」と断定することもできませんから、来年の今頃に他界する人々の列に自分が並んでいないと言い切ることは誰にもできないのです。ですから、誰にとっても来世は遠い話ではありません。ただ、私たちがいつか必ず死ぬということだけは確定しており、死が訪れるのが来月であるのか、明日であるのかということは誰にも分からないため、もしかしたら死は自分のすぐ近くに迫っているのかもしれません。

次に、「死ぬ時には法以外のものは何も役に立たない」ということについて言えば、死ぬ時に、財産や享受、権力や地位、家柄や容姿といったものは何一つとして役に立つことはありません。例えば権力や地位について考えてみると、世界中を統治する大君主でも死ぬ時にはたった1人で来世へ旅立たなければならず、決して他者を連れて行くことはできません。また財産や享受について考えてみると、世界中のあらゆる富を持っていたとしても、死ぬ時には一口の食べ物すら持っていくことはできず、今世で手にした全てを残して旅立たなければなりません。同様に、高貴な家柄や美しい容姿も死ぬ時にそのまま持っていけるものではなく、ただ自分の為してきた善悪の業のみを抱えて後世へ向かうしかありません。来世で私たちに確実に利をもたらすものは今世で自分が為してきた善業であり、確実に害をもたらすものは今世で自分が為してきた悪業です。ですから皆さんは、「まだ自由がある今のうちに、自分はできる限りの善を積み、できる限りの悪を断っていくべきである」と誓いを立てて、行為と言葉の両面で誓いを実践していく必要があるのです。

ナパバレー

2つ目の手引き

輪廻におけるあらゆる幸せは、一時的には幸せであるかのように思えたとしても実際には苦しみであり、それはまるで熟していく毒の実のようです。

輪廻において幸せで魅力的な物事は全て一時的なものですから、まるで幸せや喜びであるかのように思えたとしても、結局のところ、輪廻の中で苦しみを生まないものは何一つとして存在しません。例えば、有毒な食べ物がどれほど甘美な味だったとしても、それを食べてしまったら確実に死がもたらされるだけで何の恩恵もありません。輪廻における幸せはこの有毒な食べ物と同じようなもので、今世の幸せや享受に執着するあまり悪業を積んでしまった者は、来世で果てしない苦しみに苛まれることとなります。そのため、手引きでは「輪廻における幸せはまるで熟していく毒の実のようである」と説かれているのです。

3つ目の手引き

様々な外縁が尽きる時はなく、それはまるで陽炎の水を追いかけるようなものです。

一時の幸せを享受するために様々な努力を惜しまず、苦しみから逃れるためにありとあらゆる手を尽くし、食べ物や衣服、莫大な財産や享受を得ようといくら奮闘したとしても、それらは全て実体のないものです。それは例えば、喉の渇きに駆られて陽炎の水を本物の水だと勘違いした獣が必死に陽炎の水を追いかけたとしても、永遠に本物の水を手に入れることができないことと似ています。このことは必ず心得ておくべき要点で、今世における富や栄華、安寧や幸せ、名誉や権威などは、全て無常を本質とする実体を持たないものですから、それらに対する執着を断っていくことが重要です。

例えば、去年は豊かな財産と享受に恵まれていた者が今年は物乞いになっていたり、去年は苦しい生活を送っていた者が今年は豊かな富に恵まれて裕福になっていたりすることもあります。ですから、今世で財産があることを喜んだり、貧しいことを嘆いたりするのではなく、全てが無常を本質とするものであ

ることを正しく理解すべきなのです。特に、財産の価値について言えば、例えば今日ここにお集まりの皆さんの中に数億ドルを持っている方と1万ドルしか持っていない方がいたとしても、結局のところはどちらにせよ食事ができて衣服と住む場所があれば必要十分で、それ以上の財産を持っていたとしても衣食住以上に大切な使い所というのはなかなかないでしょう。つまり、数億ドルの財産があるということもただの数字の話でたいした意味などないのです。それなのに、懸命に財産を追い求めることに一体何の価値があるのでしょうか。

輪廻における幸せはどれほど成就してもきりがありません。世界中のほとんどの人々は、衣食住のために日夜努力し続けていると思いますが、自分がこれまでに福德を積んでいれば自然と成功しますし、福德を積んでいなければどれほど努力しても貧困から抜け出すことはできませんから、福德を積まずに努力することは無意味なのです。

4つ目の手引き

今世における出来事は全て真実に存在しないものであり、それはまるで一眠りする間の夢の良し悪しのようです。

敵対する者を攻撃すること、親しい者を守ること、商業や農業を営むことなど、今世における様々な出来事はいずれも真実に存在しないものであり、それはあたかも一眠りしている間に見る夢の現れのようです。

つまり、私たちは生まれてから今日に至るまで様々な幸せや喜びを経験してきたと思いますし、同様に様々な苦しみや不幸も経験してきたと思いますが、今思えばそれらの全てはまるで昨夜の夢の中で経験した幸せや苦しみと何ら変わらないものであるということです。夢の中で経験した喜怒哀楽は、目覚めてしまえば単なる記憶の一片でしかなくなるように、生まれてから今日までの間に現実で経験してきた幸せや苦しみも、体験した次の瞬間には全て過去の出来事になり実体がないという点においては夢と変わりありませんし、これから経験していく幸せや苦しみもまた、全てが明日の晩に見る夢の中の出来事と変わりありません。夢も現実も体験している瞬間には実在していることのように感



じますが、過去になった瞬間から、それらは全て実体のない単なる記憶の一片に過ぎなくなるものなのです。

5つ目の手引き

至高の解脱の結果とは、もう二度と苦しみが繰り返されないことであり、それは天然痘が完治した時の状態と似ています。

輪廻における幸せや名誉などが全て実体を持たないというのならば、実際に獲得できる実体を持つものは何もないのかというところではありません。人々が仏や菩薩たちの解脱の境地を得ることができれば、不変の幸せが訪れ、苦しみから永遠に離れることができます。例えば、天然痘という病は一度感染して完治すると再び感染することはないと言われるように、解脱を得たその時から苦しみは根絶されるため、一刻も早く解脱を成就するための方便を努力して修行していく必要があります。

6つ目の手引き

聖なるラマの教えは解脱の宮殿へと上る道であり、それはまるで優れた階段のようです。

輪廻から抜け出して解脱を得るための理趣を自力で知ることは難しいため、私たちは聖なるラマの教えに頼る必要があります。例えば、建物の高層階に行くためには階段やエレベーターが必要で、自分の力だけで上ることは極めて困難であるように、聖なるラマの教えがなければ、たとえ仏の經典などの法宝があったとしても自分の力だけで理解することは困難なため、ラマに教えを授かることが肝要です。もし聖なるラマの存在がなければ、私たちは善を積むことや悪を断つことの大切さを知ることもなく、まるで馬や牛たちと同じようにどう生きればよいのかを知らないまま暮らしていたかもしれません。聖なるラマが私たちを導いてくださるからこそ、私たちは今世でも幸せや喜びを得るとともに来世でも幸せから幸せへと向かうための素晴らしい方法を得ることができるのですから、ラマは10万の如意宝でさえ比べ物にならないほど極めて得難い存在なのです。

ラマに喜んでいただくための師事の方法は大きく3つあり、「善を積んで悪を断ち、今世への執着を手放して一心に来世の解脱を求めること」が最上級の方法で、「ラマのおっしゃることに従い、ひいては使者としてお仕えすることに至るまで、任された全ての事を誠心誠意行うこと」が中級の方法、「自分の有する財産をラマや道場に供養し、ラマが主導する仏像製作などの善事に参加すること」が下級の方法であるとされていますが、これら3つはいずれも大切なことです。

もう一度ラマに対する3つの師事の方法を要約しますと、皆さんが如意宝のようなラマに出会った時には、一番の理想はラマの教えに従い善を積んで悪を断つことであり、それが難しいのであれば、次にすべきことはラマのために経堂の建設、仏像の製作、經典の印刷、仏塔の建立などに真剣に取り組むことで、それさえも難しいというのであれば、自分の財産を惜しみなくラマや道場に供養することによって師事していきます。もし、これら3つのいずれも実行でき

ナパバレー

ないのであれば、せっかく人間の体を得てラマに出会えたとしても、そこに大きな意味を見いだすことはできないのではないのでしょうか。

そして、師事するラマに関しては、初めて会ったばかりでまだ過失があるのか功德があるのかも分からない私のような者に、いきなり過度な信頼と敬慕を寄せるのではなく、皆さんと毎日のように関わり、実際に皆さんに利益をもたらすことができる各道場のラマやこの地に暮らしている親しいラマたちにこそ、敬意を払ってお伝えすべきです。きっとラマたちは皆さんにご利益をもたらすことでしょう。

7つ目の手引き

無分別の静慮 (dhyāna, bsam gtan) はあらゆる三昧 (samādhi, ting nge 'dzin) を生み出すもとであり、まるで肥沃な土地のようです。

つまり、仏や菩薩たちの心の連続体の中にある三昧の功德を得るためには、まず自分の心を自在にして一心に安住する静慮が必要になるため、その修行に励むべきであるということです。

以上が、共通する「心の7つの瞑想法」の手引きに関する説明となります。

今日の午前中の法話はもともと2時間の予定でしたが、灌頂の儀軌の都合で30分ほど時間を過ぎてしまいました。これは仕方がなかったことですので、皆さんどうかお許しください。この午後の法話はぴったり2時間で終えることができました。今日はもう他の行事はありませんから、皆さんもきっとほっとされているのではないのでしょうか。後はもう帰って寝るだけです。



(ここで会場に笑いが起こる)

2つの深遠な法の修行について

7月11日に法王は『プルパ・グルククマ』の灌頂を伝授される中で次のようなお話をされました。



『文殊静修ゾクチェン』と『プルパ・グルククマ』にもいくつか支分の法が存在しますが、ニンマ派における他のテルマほどたくさんあるわけではなく、わずかに存在しているだけです。

『文殊静修ゾクチェン』を例に挙げると、その内容は道次第の全容、つまり前行から本行に至るまでの修行方法であり、外なる教え (gdams ngag)、内なる授記 (lung bstan)、秘密の要訣 (man ngag) と結びつけて解説することもできますし、タントラや『金剛七句祈願文』(rdo rje'i tshig bdun)、注釈書などに基づいて解説することもできます。

総じて、私が記した法は大多数が少年期に完成したもので、いずれも異なる方々から懇請を受けて作成しており、完成後は依頼主にお渡ししているため、私の手元に完成した書はありませんが、一部の弟子たちがそれらを集めて保管

ナパバレー

してくださっていて、現在は4冊の本にまとめられています。これらの書物のうち一部はチベットに古くから伝わる手法に従って木彫りの板で印刷されていますが、ほとんどは中国の機械で印刷されています。

それらのうち『文殊静修ゾクチェン』などの法は、その場所にちなんで「中国の法」(rgya nag gi chos skor)として分類しています。そして『ブルバ・グルククマ』の中に記されている、入念な修行を行う際に必要となる修復 (bskang ba) と懺悔 (bshags pa)、それからテンギャム・リンポチェと護法神ネチュン・ドルジェ・タクデンより特別にご用命を受けて記した降伏業 (bsgral las) や火の供養などに関する法、ブータンのパロ・タクツァン (spa gro stag tshang) で発掘したドロ (gu ru rdo rje gro lod, グル・ドルジェ・ドロ。「師の憤怒金剛」の意でグル・リンポチェの八変化のうちの1尊)の修行法、インドで記した『願いの海の精髓』(smon lam rgya mtsho'i yang snying)などは、全て「インドの法」('phags yul gyi chos skor)として分類しています。

今回は、皆さんのお手元にある『文殊静修ゾクチェン』と『ブルバ・グルククマ』の口伝を読み唱えました。これからこの2つの法を修行する段階では、欠かすことのできない3つの条件を揃える必要があります、それは信心、慈悲心、空性を証悟した見解です。第一には、仏宝を所縁とする清浄な信心 (dang ba'i



dad pa)、法宝を所縁とする希求の信心 ('dod pa'i dad pa)、僧宝を所縁とする信頼の信心 (yid ches pa'i dad pa) という3つの信心が欠かせません。第二には、果てしない苦しみに苛まれている全ての衆生が苦しみから離れることを願う特別な慈悲心が求められます。そして第三には、生成のプロセス、完成のプロセス、ゾクチェンにおけるいかなる修行をするにしても、あらゆる極端から離れた空性を証悟した素晴らしい見解を備える必要があります。これら3つの

条件をきちんと兼ね備えた後に本行を行う際には、始原清浄のテクチャーの見解と、自然成就のトゥーゲルの修行の力を十分に引き出した上で、『文殊静修ゾクチェン』と『プルバ・グルククマ』の儀軌を読み唱える必要があります。

また、儀軌も3つの「結びつき」を兼ね備えている必要があります。3つの「結びつき」とは「儀軌が典拠のタントラと結びついていること」、「タントラが修行法と結びついていること」、「修行法がラマの要訣と結びついていること」です。一部の内容はもともとタントラの中に記されているのですが、ラマの要訣がなければタントラの内容をどのように実践していけばよいか分からないため、1つの修行法に関する支分が全て揃っている儀軌であることが必要なのです。

修行法はラマの慣例に合わせて行っていきます。ニンマ派の法を例に挙げると、チベット上部ではドルジェタク (rdo rje brag)、ミンドルリン (smin grolgling)、ペルリ (dpal ri) の3派の慣例に、チベット下部ではカトク (kaḥ thog)、ペルユル (dpal yul)、ゾクチェン (rdzogs chen) の3派の慣例に合わせて行う必要があります。

そして、慣例は「見の相承」(mthong brgyud) に準拠している必要があります。つまり、ラマの慣例は読誦と修行の全容を兼ね備えた「見の相承」に結びついているものである必要があります。流れや概要があるだけではなかなか人々に理解してもらうことはできません。

一般に『文殊静修ゾクチェン』と『プルバ・グルククマ』の2つの法は、ゲルク派、ニンマ派、サキャ派、カギユ派、チョナン派などのいずれの学派の慣例に従って読誦を行っても構いません。たとえ内容を明確に理解していなくても、儀軌にある文字の通りに読み唱え、文殊菩薩のマントラである「オーン・アラパチャナ・ディーヒ」(oṃ arapacana dhīḥ) と、ヴァジュラキーラヤ (vajrakīlaya) のマントラである「オーン・ヴァジュラ・キーリ・キーラヤ・フーム・パット」(oṃ vajra kīli kīlaya hūṃ phaṭ) をできるだけ多く唱えてから最後に廻向を行えば何も問題はありません。

巡行中断の危機

ロッキーマウンテンにいた時から体調を崩されていた法王は、ナパバレーに移動した後もほとんど毎晩あまりお休みになることができていなかったようで、お加減が極めて優れないご様子でした。弟子の私たちは居ても立ってもいられず、どうしたものかと何度も話し合いを重ねた結果、この先もまだ長期にわたって巡行が続くため、このままではきっと法王のお体が持たなくなるという結論に至り、7月12日の午前に皆で法王にお会いして、今後の法話の予定を全て中止にした方がよいかお伺いすることにしました。

私たちの言葉をお聞きになられた法王は何もおっしゃらずに、今回の巡行の主催元である責任者の方々をお集めになり、皆さんで会議を開いて一緒によく話し合うよう促しました。会議では、「法王の巡行のご予定はすでに世界中に公表されていて会場などもすでに確保しているので、巡行を中断するのは難しいのではないか」という意見もあれば、「法王のお体が最も大切であり、このまま巡行を続けることはあまりにも酷なので、可能であれば今後の予定は全てキャンセルすべきだ」という意見もあり、皆の折り合いがつかないまま議論は平行線をたどる一方でした。



現在のケイ・ヘンリー

そこで、私たちはケイ・ヘンリー（Kay Henry）に意見を伺うことにしました。彼女はペノル法王とギャトゥル・リンポチェからご用命を受けて今回の巡行の段取りと連絡を任されている方で、私たちの話を聞いた彼女は大変驚き、危うく気を失いかけたほどでした。彼女は数か月間かけて各所へ連絡して巡行の日程を組み、調整を重ねてやっとの思いで今回の法王と私たちの飛行機代をはじめとする様々な費用を調達してくださっていたのです。

彼女は切実な面持ちで次のようにおっしゃいました。

「もちろん法王のお体の健康が第一ですから、もし必要であれば、私たちは今すぐにでも今後の予定を全てキャンセルします。ただ、私の知る限り、今でも世界中にいる数千、数万の仏教徒の皆さんが法王のご来訪を大変心待ちにしている、法王をお迎えするために様々な準備を進めています。ですからもしお食事やその他のことについての見直しなど、法王のお体のために改善できることがありましたら何なりとお申しつけください。私たちは全力で改善に努めます。もし今後も巡行をお続けいただくことができるのであれば、それはきっと多くの人々と仏教徒の皆さんにとって大きな利益になると思います」。

法王は彼女のお話をお聞きになりしばらく沈黙した後、再び皆で十数分ほど話し合いをなさり、意を決したご様子で「私はこの先も巡行を続けます」とおっしゃったのでした。

『チェツン・ニンティク』第2回目の法話

その日の午後、法王は第2回目となる法話で次のようにお話しになりました。

今皆さんが聴聞している法は、チェツン・チェンポの3章からなる根本の教えで、「成熟させる灌頂」、「道そのもの」、「道の支分」の3つの内容に分けられます。1つ目の「成熟させる灌頂」はすでに解説し終わりました。2つ目の「道そのもの」は、「前行」と「本行」の2つの内容に分けられます。

1. 前行

前行には「共通する外なる前行」と「共通しない内なる前行」があります。

共通する前行では「心の7つの瞑想法」のもと、今世の物事に対する執着を完全に手放し、来世の利益を一心に成就したいと願う意欲が本当に生じるまで、まずは心を訓練していく必要があります。共通しない前行には、「帰依」と「発菩提心」の2つが含まれます。

ナパバレー

1 つ目の共通しない前行「帰依」では、まず帰依する対象として、前方の空中にある光の塊の中央に、広大な仏と三根本の眷属たちに取り囲まれたヴィマラミトラを観想します。帰依する者は、その前に集まり信心を抱いて座っている自分と虚空に等しい一切衆生です。帰依の方法としては、体は敬意を持って合掌し、言葉は敬意を持って功德をたたえ、心は敬意を持って一心に信心を起こしながら帰依を行います。このようにして特別な誓いあるいは約束を立てることを「帰依」と言います。



また帰依には、「共通する顕教に準ずる帰依の方法」と「共通しないゾクチェン自学派の帰依の方法」があります。共通する顕教に準ずる帰依の方法では、「自分にとっての本師は他の誰でもなく仏ただ1人だけであると考えて仏を導師とすること」、「自分が修行する法はただ1つ仏がお説きになられた法だけであり、それ以外の教

えは修行しないこと」、「自分の仲間は仏の追隨者である聖なる僧だけであり、彼らとのみ見解や行為を共にし、その他の者とは見解や行為を共にしないこと」を誓います。これらの考えに基づいて本師、道、仲間に帰依することを「因の帰依」と言い、道を導く者、実践する道、道を共に成就する仲間によって究極の仏の境地を成就することを「果の帰依」と言います。こうした素晴らしい誓いを自分の心に立てて、帰依偈を100回、1,000回、1万回、10万回と読み唱えていくことが、共通する顕教に準ずる帰依の方法です。

共通しないゾクチェン自学派の帰依の方法とは、自分の心の本体である空は法身、自性である光明は報身、不可分の大悲は化身であるとして、この三身が自分の心に固有のものとしてもとより存在している不可分のものであると理解する見解を保つことです。

このような考えを抱きながら、次のように読み唱えていきます。

アハ (ah)、始原清浄の深遠なる明晰さは法身、
 自然成就の明智の力は報身、
 不可分の大悲は化身であると、
 自らの本性を認識することによって帰依いたします。

これらの読誦の言葉は、英語などに翻訳してしまうと真実の言葉の働きが無効化されてしまいます。なぜなら、この偈頌はチェツン・チェンポがチベット語でご加持を込めたものであるからです。そのため、意味を理解した上で、チベット語の発音で読み唱えていきましょう。

一般的にこのような読誦の言葉、発願の言葉、祈願の言葉の類いは全て、「真実の言葉」を成就された方がご加持を込めた言葉の通りに読み唱えるべきですから、チベット語でご加持が込められているのであればチベット語で、英語でご加持を込められているのであれば英語で、サンスクリット語でご加持を込められているのであればサンスクリット語で読み唱えましょう。例えば百字真言 (yigbrgya) は、チベット人もサンスクリット語で読み唱える必要がありますし、中国人も、インド人も、イギリス人も同様に、ご加持が込められたサンスクリット語の言葉通りに読み唱える必要があります、チベット語や中国語などに翻訳した言葉で唱えてしまうとご加持は失われてしまいます。

どのような言語で記された読誦儀軌でも法に対する解釈は同じですが、例えばこの『チェツン・ニンティク』はチベット語でご加持が込められているため、チベット語で読み唱える必要があります。そして昨日お話をした『文殊静修ゾクチェン』であれば、『文殊静修ゾクチェン儀軌』は文殊菩薩がチベット語でご加持を込めたものであるためチベット語で読み唱える必要がありますが、その手引きである『仏を手中に授ける』はどのような言語で読んでも違いはなく、その意味を理解することが最も重要になります。ですから、英語で理解できるのであれば英語で、チベット語で理解できるのであればチベット語で読めばよく、必ずしも特定の言語にこだわる必要はありません。その他の法についても同じように類推できます。

帰依の学処としては、仏に帰依してからは仏にのみ一心に祈りを捧げて他の対象には祈りを捧げないことを、法に帰依してからは生きとし生けるもの全てに慈悲を抱き決して傷つけないことを、僧に帰依してからはラマや僧衆などの素晴らしい対象に敬い仕えることを心がけていく必要があります。

帰依の功德としては、三宝へ帰依した人は悪業に支配されなくなり、貪り、怒り、愚かさなどの煩惱に振り回されなくなり、魔物や悪霊などに翻弄されなくなります。そして、今世においては病にかかることなく長生きし、享受や容姿に恵まれるなど、全ての願いが障害なく意のままに成就しますし、来世においても悪趣に堕ちることなく幸せから幸せへと向かい、大菩提の仏の境地を得ることができます。

次に 2 つ目の共通しない前行「発菩提心」では、「業や煩惱による苦しみに支配されている一切衆生が業や煩惱の苦しみから離れることができたらどんなによいだろう」と考え、現状をいたたまれなく感じる憐れみの心を起こすことを「利他を所縁とする悲心」と言います。更に、ただ不憫に思うだけでなく「自分が一切衆生を永遠の幸せである仏の解脱の境地に導いていくのだ」と考えて誓いを立てることを「菩提を所縁とする智慧」と言います。この 2 つを兼ね備えることを「発願心」と言います。そして「仏の境地を得るために自分はお布施をし、戒律を守り、耐え忍び、精進し、禅定に安住し、無我の智慧を真に証悟するのだ」という誓いを立てて六波羅蜜を修習することを「発趣心」と言います。これは共通する顕教に準ずる菩提心の起こし方となります。

共通しないゾクチェンにおける菩提心の起こし方では、「一切衆生はもとより仏性を兼ね備えているのに、そのことに気づかず未だに輪廻の中をさまよっていて、なんて不憫なのだろう。彼らに本来の智慧を現前させるために、自分はあるがままに任せる偉大な境地 (cog bzhag chen po) の見解を修習するべきである」と考える気持ちから離れることなく、実相の真理に入定していきます。これは共通しない自学派における菩提心の起こし方となります。

このような誓いから離れることなく、発菩提心の偈を読み唱えていきましょう。



ホーホ (hoh)、一時的に錯誤している一切衆生は、
もとより清らかな法界を本質としていて、
本智 (ye shes) と明智 (rig pa) により自ら解脱するため、
あるがままに任せる偉大な境地の中で心を起こします。

このように 100 回、1,000 回、1 万回、10 万回とできる限りたくさん読み唱えていきます。

発菩提心の学処は、自分よりも他者を大切にするという動機のもとで、ただ利他のみを成就することを志す清らかな思想と行為を常に誠心誠意心がけていくことです。

菩提心の功德については、『華嚴経』で 100 個余りもの比喻を用いて詳しく解説されていますので、そちらを読むことで理解を深めることができます。中程度の内容を知りたいという方は『入菩薩行論』の第 1 章を読むとよいでしょう。たとえ全ての内容について理解を深める余裕がなくても『弥勒菩薩の願い』(byams pa'i smon lam) の中で説かれている 3 つの功德だけでも普

段からよく思い出すようにしましょう。『弥勒菩薩の願い』で説かれている 3 つの功德は何かというと「菩提心が心に生じたその時から地獄、餓鬼、畜生などの悪趣の生門 (skye sgo) が根本から閉ざされる」、「善趣である天人や人間の世界における円満な幸せを自然と享受できるようになる」、「究極の不老不死である仏の境地を難なく得られるようになる」ということです。

帰依にしても発菩提心にしても瞑想を終える際には、帰依の対象であるイダムたちが光となって自分に溶け込むことで自分の罪、障害、過ちが全て清められたのだと観想し、その境地の中で一心に安住してから、最後に善根の廻向を行います。

2. 本行

続いてグルヨーガの修行方法について説明します。『チェツン・ニンティク』の中で説かれているグルヨーガには、他より特別秀でた共通しない特徴があります。それは何かというと、生成のプロセスにおける全ての支分と、完成のプロセスにおける全ての要訣、そしてゾクチェンにおける基礎 (gzhi)、道 (lam)、結果 ('brasbu) の全ての手引きが、グルヨーガの中だけで明確に説き示されているということです。

先ほどお話をした帰依と発菩提心については昨日の灌頂でも解説しましたが、今日も改めて明確に解説しましたので、在家者の男女の皆さん、そして特に出家者の方々にはしっかりと理解していただきたいと思っています。もし分からないところがありましたら、後ほど質問していただければ回答や補足の説明をします。

ここからは「道そのもの」について解説していきますが、私が解説を交えながらテキストを読み上げますので、それを通訳の方に逐次訳していただく形式で進めていきます。

次に、ラマのご加持を道とするべきであり、極めて閑静な場所で厳格な結果を張り、前行の修習によって連続体を浄化するべきです。

グルヨーガを修習するためには、まず閑静な場所で帰依と発菩提心を行って連続体を浄化する必要があると説かれています。

氣息の汚れ (rlung ro) を除いて意識を自然にします (rnal du dbab pa)。

氣息の汚れを3回除いて、病、魔物、罪、障害などが全て浄化されたと考えます。心を一点にとどめてから、「自然にする」という、くつろぐような、憩うような状態にする必要があると説かれています。

始原清浄の境地から、本有神 (nija devatā, gnyug ma'i lha) とラマ不可分に、自分をシムヘーシュヴァラ (simheśvara、獅子自在主) として観想するべきです。

一切法空性の始原清浄の境地から、自分の本性を、本有神とラマ不可分の本質を持つ、シムヘーシュヴァラの姿として観想するべきであると説かれています。

獅子と蓮華日輪の中央で、ヨーガ行者が憤怒し、微笑み、魅惑的な面持ちで、赤色を帯び、定印を組み、結跏趺坐しています。

獅子座と蓮華日輪の中央で、ヨーガ行者の装束を身につけ、「憤怒し、微笑み、魅惑的な面持ちで」とは、つまり目を大きく見開いて睨んでいる憤怒の面持ちと、微笑んでいる魅惑的な面持ちを兼ね備えておられるということで、お体の色は赤く、手は定印を組み、足は結跏趺坐しておられると観想する必要があると説かれています。

絹と宝と骨の装飾によって飾られています。

報身の絹のリボン以外、総じてお体は裸です。骨の装飾によって飾られ、頭頂には骨の輪 (rus pa'i 'khor lo) があり、頭髮は輪の中央から上に向かって束ねられていて、32の骨の瓔珞 (phyang phrul) や首飾り (drwa ba drwa phyed) があります。喉元には、脈管 (rtsa) と輪 ('khor) [の葉] の数に等し

ナパバレー

い16の骨の網と蓮華によって装飾された華鬘（phreng ba）を身に着けています。〔胸部は〕前に金剛、後ろに蓮華があり、胸の脈管と輪〔の葉の数〕に等しい8つの骨の華鬘によってつながられています。その隙間は、宝の聖なる糸（yajñopavīta、mchod phyir thogs）、宝、絹によって飾られています。へそには羯磨金剛（rdo rje rgya gram）として64の骨の瓔珞があり、これも脈処（rtsa gnas）の〔葉の〕数と等しいものである必要があります。下にはショートパンツに似た下穿き（ang rag）をお召しになられていて、お体は暗い赤色を帯びています。このようなお姿を観想する必要があると説かれています。

全ての毛穴から、金剛智の炎を小憤怒（khro chung）の群れと共に放ち、魔物と障害を全て焼き尽くします。

身体中の毛穴から、炎の塊と小さな憤怒尊の集会を放ちます。金剛とは、あらゆる一切を破壊できるものでありながら、こちらは何ものによっても害されない本質を持つものです。そのように魔物や障害を全て焼き尽くす本質を持つのであると観想する必要があります。

周囲は3つの相承を受け継ぐラマ、ダーカ、ダーキニーの群れに囲まれています。

周囲は、勝者による意趣の相承（rgyal ba dgongs brgyud）、持明者による象徴の相承（rig 'dzin brda brgyud）、人間による聴聞の相承（gang zag snyan brgyud）という3つの相承を受け継ぐラマ、およびダーカとダーキニーたちによって遍く囲まれていると考えて観想します。

眉間にある法源（chos 'byung）の中で、喜びの渦巻き（dga'ba 'khyil ba、卍字）が勢いよく回転しています。

眉間には法源と呼ばれる三角形があり、口を大きく開いていて、一角は上を向き、他の二角はそれぞれ左右に向いていて、その根元は徐々に細くなり中央脈管（dbu ma）の中に刺さっています。そのような法源の中央では、喜びの渦巻きが左向きに勢いよく回転していると観想します。

その真正面の前方の空中には、部主 (rigs kyi bdag po) のヴィマラミトラが喜びを浮かべて安座しておられます。

シムヘーシュヴァラの眉間から外に向かって一肘 (khru gang)、上に向かって一肘進んだところにある正面の空中に、ヴィマラミトラを観想します。そのお体は白く、1 つのお顔と 2 つの腕があり、両手は定印を組んでカパーラを持っていて、その中は甘露で満たされています。お体には 3 種の法衣と、青い絹の上衣またはパンディタの秘密の青い服 (paṇḍita'i gsang gos sngon po) をお召しになっています。鼻先には白いアの文字 (ཨ, a) が触れそうになっている様子を観想する必要があります。

あらゆる現象と存在が、虹、光、滴としてゆらゆら揺れ動いていると鮮明に観想します。

現象と存在、器世間と有情世間の全てが、虹、光、滴、小さな滴 (thig phran) といった様々な相によって満たされていき、ヴィマラミトラは虹と光の中央に安座しておられると観想します。

智慧薩埵 (jñānasattva, ye shes pa) を召喚し、溶け込ませます。

法界から智慧薩埵である仏と菩薩たちを召喚します。特に、中国の五台山からは白、黄、赤、緑、青の姿の無数のヴィマラミトラを、ダーキニーの地からは白、黄、赤、緑、青の姿の無数のチェツン・チェンポを召喚し、ヴィマラミトラたちは前方の空中におわすヴィマラミトラに、チェツン・チェンポは自分の中に溶け込んでいくと観想します。



ナパバレー

前方のラマへの祈願は、

前方の空中に安座しておられるヴィマラミトラに、次のように祈願する必要がありますと説かれています。

光明四現が究極に達した後、不変の明智が五身となり、
大転移の虹の体という純粋なお姿となった不死のヴィマラミトラよ、
どうか私にご慈悲を垂れ、ただちに現前してご加持を賜りください。

この祈願文を 100 回、1,000 回、1 万回、10 万回と読み唱える必要があります。前述したように、主にチベット語の発音で読み唱えていきましょう。このように祈願を行ってから、

オーン・アーハ・フーム・グル・ヴィマラミトラ・フーム・フーム (om āḥ hūṃ guru vimalamitra hūṃ hūṃ)

「オーン・アーハ・フーム」(om āḥ hūṃ) は、諸仏の身口意と不可分であるという意味で、「グル・ヴィマラミトラ」(guru vimalamitra) はサンスクリット語の発音で、チベット語にすると「ラマのティメー・シェーニエン (dri med bshes gnyen、無垢友)」という意味になります。「フーム・フーム」(hūṃ hūṃ) は、「ヴィマラミトラよ、どうか私に最上と共通の 2 種の悉地を賜りください」という意味です。このマントラも、数百回、数千回、数万回、数十万回とたくさん読み唱えていきます。

感覚が生じたら四灌頂を受法し、最後は光に溶け込みます。

修行を終える際、あるいはラマに計り知れない信心と敬いが生じた際に、四灌頂を受法していくべきであると説かれています。

四灌頂を受法する際の観想の手順としては、まず、ラマの額のオーンの文字(𑌀, om) から、月が現れるかのように白い光が放たれ、それが自分の額に溶け込むことで体と脈管 (rtsa) の障害が浄化され、生成のプロセスを修習する

資格を授かり、瓶の灌頂 (bum pa'i dbang) と有戲論灌頂 (spros bcas kyi dbang) を受法し、究極の化身の境地が連続体に確立されると観想します。

続いて、ラマの喉元のアハの文字 (ཨ, ah) から、計り知れない赤い光と「アーリカーリ」(ālikāli、サンスクリット語の母音と子音を指す) の文字の連なりが放たれて自分の喉元に溶け込み、言葉と風 (rlung) の障害を浄化し、秘密真言を読み唱える資格を授かり、秘密の灌頂 (gsang ba'i dbang) と無戲論灌頂 (spros med kyi dbang) を受法し、究極の報身の境地が連続体に確立されると観想します。

そして、ラマの胸のフームの文字 (ུ, hūṃ) から、計り知れない青い光と青く光るアの文字 (ཨ, a) が放たれて自分の胸に溶け込み、自分の心と滴 (thig le) の障害が浄化され、滴を修習する資格を授かり、智慧の灌頂 (shes rab ye shes kyi dbang) と極無戲論灌頂 (shin tu spros med kyi dbang) を受法し、究極の法身の境地が連続体に確立されるご縁を有する者になると観想します。

更に、ラマの三処と心宝 (citta rin po che, チッタ・リンポチェ) の中から、1指 (tshon gang) の大きさの5種の光の球が放たれ、自分の三処と胸の中心に溶け込み、平等なる智慧 (cha mnyam ye shes) の障害が浄化され、尊い語句の灌頂 (tshig dbang rin po che) と最無戲論灌頂 (rab tu spros med kyi dbang) を受法し、究極の本性身 (ngo bo nyid sku) の境地を得るご縁を有する者になると観想していきます。

眉間の喜びの渦巻きの中央に溶け込み、アの文字 (ཨ, a) に彩られた豆粒大の白い滴になると考えます。

四灌頂の後には、前方の空中におわすヴィマラミトラが光となり、自分の眉間の滴の中央にある、左に勢いよく回転する喜びの渦巻きに溶け込んでいくと観想します。ヴィマラミトラを表すものとなる白いアの文字は、毛髪で書かれたようなものとして観想する必要があります。そして、先ほどすでに自分自身をシムヘーシュヴァラとして観想していると思いますが、その状態で前方の空中に観想したヴィマラミトラに対して祈願を行っていきます。

ナパバレー

四灌頂を受法する際の観想の手順は全て、祈願に関連する生成のプロセスの手引きです。

入念に行うことを好むのであれば、供養や賛嘆などを行います。

入念に修行することを好むのであれば、この後に、眉間のラマを所縁として供養や賛嘆などを行ってもよいと説かれています。

虹のようなイダムの鮮明な現れの中で長時間入定します。

現れてはいても真実には成立しない虹のような自性の中で入定する必要があると説かれています。

そして、滴に心をとどめます。入念に行うのであれば、オーン・アーハ・フーム・ヴァジュラ・グル・シムヘーシュヴァラ・シッディ・フーム・フーム・フーム (om āḥ hūṃ vajra guru śiṃheśvara siddhi hūṃ hūṃ hūṃ) と歌い上げるか、適宜な方法で読み唱えてください。

眉間にあるアの文字に彩られた滴に心をとどめ、自分自身をシムヘーシュヴァラとして観想します。

「オーン・アーハ・フーム・ヴァジュラ・グル」(om āḥ hūṃ vajra guru) は、三世の諸仏の身口意と不可分であるラマのシムヘーシュヴァラ、あるいはセンケ・ワンチュク (seng ge dbang phyug) を表しています。「シムヘーシュヴァラ・シッディ・フーム・フーム・フーム」(śiṃheśvara siddhi hūṃ hūṃ hūṃ) は、



最上と共通の優れた悉地を賜りくださいという意味を表しています。このマン
トラを数百回、数千回、数万回、数十万回と読み唱える必要があります。

ここまでの内容のうち、前方のヴィマラミトラに心を集中させて祈願を行
うことは、前方生成の観想 (mdun bskyed kyi dmigs pa) であり、自分自身
をシムヘーシュヴァラと観想して、あらゆる現象、音、意識 (snang grags rig
gsum) がそれぞれイダム、マントラ、法性を本質とするものであると認識
した境地の中で一心に読誦を行うことは、自己生成の観想 (bdag bskyed kyi
dmigs pa) です。これは主に生成のプロセスの手引きです。

グルヨーガだけで自己生成と前方生成を構成しても構いませんし、より入念
に行いたいのであれば、グルヨーガにおけるシムヘーシュヴァラなどの読誦を
近侍 (bsnyen pa) として、その後の修行を行う時に、第2章で説かれているよ
うな広大な近侍、達成、事業 (bsnyen sgrub las gsum) を行っても構いません。

最後に、ゆるやかな金剛の読誦 (rdo rje'i bzlas pa) に心を保ちます。

ゆるやかな金剛の読誦に心を保つということは、自分の風が、内側に吸い込
まれる時には白いオーンの文字 (𑀧, om) の姿となってこちらへ来て、中にと
どまる時には、音と文字を自性として兼ね備えている赤いアの文字 (𑀅, a) と
なるとどまり、外へ放たれる時には、自性として音を兼ね備えている青い
フームの文字 (𑀢, hūm) となって去っていくと観想することです。このよう
に、継続的に息の出入りに合わせて観想することが金剛の読誦です。

倦怠感を感じたら、眉間の滴から放たれた光が広大な浄土の全てに行き渡り、
それらの場所にいらっしゃる帰依処の三宝の海と、特には光り輝くニンティク
の相承のラマたちの三密のご加持が、体、文字、標幟 (phyag mtshan) の姿と
なって、激しく降り注ぐ雨のように滴に溶け込み、全身に行き渡っていくと考
えます。

眉間の滴から光が放たれることによって、十方の広大な刹土にいらっしゃる
仏と菩薩たち、そして特には法身普賢から現在の根本ラマに至るまでの、秘密

ナパバレー

のニンティクの相承系譜における歴代のラマたちが、体はムドラー、言葉は文字、心は標幟の姿となって、まるで激しく吹き荒れる暴風雨のように自分の眉間の滴に溶け込み、自分の連続体をご加持なさると観想していきます。

また、〔光が〕放たれることで広大な不浄なる世界の全てに行き渡り、動と静、器世間と有情世間の全てが、広大な清浄なる刹土へと変わっていくと考えます。

また、放たれた光が不浄なる六道の内外の器世間と有情世間に当たり、不浄なる器世間と有情世間の全てが浄化され、ひとえに清らかな体と智慧の遊舞となっていくと観想します。

その後、器世間と有情世間の全てが完全に集約されて自分の体に入り、それもまた眉間の滴に溶け込んで燦然と輝いていくと考え、心を長時間とどめることで、分別の波が静まった無辺の三昧が生じます。最後には、それも虹が空に消えていくかのように、所縁を持たない境地に入定します。

上記の内容のうち、滴を扱うところから以下は完成のプロセスです。すなわち、滴から光が放たれて収縮すること、その後に仏と菩薩に供養を行うこと、六道の衆生の業障を浄化することなどは、相を伴う完成のプロセス（*mtshan bcas rdzogs rim*）であり、最後に、虹が空に消えるように無縁の境地に安住することは、相を伴わない完成のプロセス（*mtshan med rdzogs rim*）です。

ここまでで、タントラ部（*rgyud sde*）とサーダナ部（*sgrub sde*）において説かれている、生成のプロセスと完成のプロセスの全ての要点を、1つの要訣にまとめて簡単に解説しました。ここからは、ゾクチェンの始原清浄のテクチューにおける見解、修習、行為、結果の要点を全て解説していきますが、これは明日の法話の内容となります。

人の心を変える力

7月13日の朝、フランスへ行くためのビザを取得するために、法王と私たちは車でサンフランシスコのフランス総領事館に向かいました。パスポートや招待状などの書類はあらかじめ領事館に提出していたのですが、法王を含む6人全員が領事館へ行き、ビザを取得するための面接を直接受ける必要があったからです。

この時になんとも驚くべき出来事が起こったのですが、昔の出来事であるにもかかわらず、同行してくれたケイ・ヘンリーさんも当時の出来事をよく覚えていて、その日のことを次のように語っています。

私は法王御一行のビザを取得するために、数か月間にわたって総領事館の方々との交渉を続けていたのですが、職員の方々にはまるで申請を通さないと心に決めていたかのように、断固としてビザを発行してくれませんでした。

その日、私たちがサンフランシスコのフランス総領事館に着いた時、総領事館の職員の方々は門を開けた途端にチベット仏教の僧衣をまとった6人のチベット人が突然目の前に現れたものですから、なんとも不思議な表情を浮かべていました。

その日も私はビザを取得するために精一杯努力したのですが、職員への態度は断固として変わらず、どうしてもビザを発行してもらうことができませんでした。手の打ちようがなくなった私が後ろを振り返って法王のお顔に目を向けると、法王は私の目を見つめ返してくださいました。すると驚いたことにその瞬間、それまで全く交渉の余地などなかったフランス人職員の態度が急変し、書類を軽く整理してから「書類は全て揃っています。ビザを発行しましょう」と言ったのです。

『チェツン・ニンティク』第3回目の法話

その日の午後、法王は前回に引き続き『チェツン・ニンティク』の法話を行われました。



『チェツン・ニンティク』の3章の内容を要約すると、成熟させる灌頂と解脱させる教えに分けられますが、今は後者を解説しています。解脱させる教えは更に、「前行」、「道そのもの」、「道の支分」の3つに分けられ、今は「道そのもの」について説明しています。「道そのもの」は

グルヨーガについて説明している内容で、生成のプロセス、完成のプロセス、ゾクチェンに応じた3つの修行方法がありますが、前の2つはすでに説明し終えているので、今日はゾクチェンについて説明していきます。

ゾクチェンは更に、「始原清浄のテクチャーの見解を確定すること」と「自然成就のトゥーゲルの修行方法を説明すること」の2つの内容に分けられますが、今回は主に始原清浄のテクチャーの見解を確定していきます。この内容も更に、「見解によって確定すること」、「修習によって実践すること」、「行為によって高めること」、「結果によって堅地 (btsan sa) を持すること」の4つの内容に分けられますが、まずは1つ目の「見解によって確定すること」について説明していきたいと思います。

その時、このように確定するべきです。このように全ての現れは心によって確立されています。

まず、外界に現れている地、石、山、岩、塀、家屋などは全て心によって現れていて、全ては心の幻影です。

例えば、夢を見ている時に高山、大河、隘路、断崖などの様々な風景が現れていたとしても外界には山も、水も、隘路もなく、同様に夢の中に馬や牛、男性や女性などが出てきたとしても外界には存在していないように、夢の中の現れは単なる自分の心の幻影にすぎません。このことは誰もが理解できるでしょう。夢と同じように、現実に見えている全ての物事も、外界に本当に存在しているかのように見えたとしても、よくよく考えると全て心の習気によって外界に現れた現象、あるいは単なる自分の心の幻影にすぎず、外界において実体として成立しているものなど何一つとして存在しないのです。

例えば水について考えてみても、地獄の衆生が見ると沸騰した鉄の液体に見え、餓鬼が見ると膿と血に見え、人間が見ると水に見え、天人が見ると八支分を兼ね備えた甘露に見え、菩薩が見るとマーマキー (māmaki) に見えるでしょう。このように立場によって見え方が異なるということは、それぞれの業と心に応じて現れているということであり、実際のところ外界には水もなければ、膿も、沸騰した鉄の液体もなく、何もかも実体として成立しているわけではないのです。同様に、今ここにお集まりの皆さんや陸地に住んでいる生物が水の中に飛び込めば、目や鼻などが機能しなくなり、何も見えず息もできずに溺れて命を落としてしまうかもしれません。しかし、水中に住んでいる魚や鯨などの生物は水中で生きることができ、目も見えるでしょうし、むしろ水中でこそ身体機能が向上します。つまり、これらはいずれも衆生の異なる業の現れであり、水そのものが実体として成立しているわけではないのです。

また火について考えてみても、現在の大多数の人間や動物は火に触れば深刻な火傷を負い激痛を感じますが、火の中に住む「火のネズミ」(me'i byiba) と呼ばれる者は食べるものも着るものも火に頼り、大きな火の穴の中で暮らしています。また、「火の浄化者」(me'i gtsang sbra can) と呼ばれる獣も、大きな火の穴の中に飛び込んでも毛が焼き焦げることはなく、むしろ火によって毛並みがより鮮やかに光り輝きます。このこともまた単なる業と心の現れである

ことを示すとともに、外界において火そのものが実体として成立しているわけではないということを表しています。

まだこの理屈をうまく理解できず、世界が外界において真実に存在しているように思える方もいるかもしれませんから、もう少し踏み込んで考えてみることにしましょう。例えば、太陽や月が昇ったり沈んだりすることや四季の移り変わりなどについては、他の宗教や科学者によってすでに解明されていると考えられていますが、これらの考え方は、一方には当てはまる道理だとしてももう一方には当てはまらず、一方にとっては真実だったとしてももう一方にとっては真実ではない場合があります、必ずどこかで壁に突き当たってしまいます。これらについて仏教では、全てが心の習気に基づく現れであり、何ものでもないところに何もかもが現れ得るからこそ、衆生にはそれぞれ異なる様々な業の現れが起こり得るのだと考えられています。このような考え方であれば、世界中で異なる様々な現象が起こったとしても何の矛盾も生じません。

ここまで、全ての現象が心によって確立されているということについて、例を挙げて簡単に解説してきました。中観や唯識などの教えに基づいてより詳しく解説することもできるのですが、あまり詳細に説明しすぎると要領を得なくなる可能性もありますので、今回は簡単な説明にとどめておきます。

この『チェツン・ニンティック』の中にはテクチャーに関する説明が一言二言ほどしか記されていませんが、それこそが『チェツン・ニンティック』の心臓や目とも呼べる究極の要訣であり、タントラ、アーガマ、ウパデシャの全ての要点を1つに集約したのもでもあります。これまでと同様の解説スタイルでやや詳しく解説していきますが、あまり詳細に説明しすぎると、第一には、恐らく終了時間内に収まりそうにありませんし、第二には、実際に修行を行っていく当時者である皆さんの理解をかえって妨げてしまうかもしれません。たとえそうはならなかったとしても、きっと多くの方が疲れて眠り込んでしまうと思いますので、今回はテクチャーの本行（*dnngos gzhi*）の部分をシンプルな言葉で解説していきたいと思います。ここまでの解説でさえ詳しくて難しいと感じている方もいるかもしれませんが、詳細な解説と比べるとかなり簡略化しています。

さて、ここまでは、どのような現れも全て心の幻影であるということについて説かれていました。

知覚を伴う心は、存在しないながらも明らかに現れています。

外界における一切の現象を現す心は一体どのようなものかという、それは存在しないながらも現れている、つまり、鏡に映った像のようなものであるというわけです。

「存在していないながらも明らかに現れている」ということについて、まず、なぜ心が「存在していない」と言えるのかという、心には、四角や楕円といった形や黄、赤、青といった色などの目で認識される姿、良い聞き心地、悪い聞き心地、中程度の聞き心地というような耳で認識される音、芳しい、芳しくない、臭みなどの鼻で認識される匂い、甘味、酸味、苦味、辛味、塩味といった舌で認識される味、柔らかさ、硬さ、重さ、軽さといった体で認識される触境などの何一つとして備わっていません。意根の対象についても同じで、例えば、貪り、怒り、愚かさなどの煩惱が沸き起こった時に、どんなに探してもその本体を見つけることはできませんし、体の外、内、中間のどこにも実体として成立していません。そのため、心は「存在していない」ということになります。

次に、心が「明らかに現れている」とは、このように心が完全に存在していないものでありながらも、あれこれと考えを巡らす思考はとどまることなく働き続けているということを表しています。

このように、「存在していない」とことと「明らかに現れている」とことの2つは決して矛盾するものではありませんから、「知覚を伴う心は、存在しないながらも明らかに現れています」と説かれているのです。

その界 (dbyings) は思考の領域を超えています。

対象 (yul) も有対象 (yul can) も成立しない法界とは一体どのようなものかという、ここでは法界の存在について次の4つのパターンから考えていきます。

もし法界が存在すると言うのなら、実際には、自らの存在を証明できる実体のある物事はこの世に何一つとして存在しません。

もし法界が存在しない単なる空だと言うのなら、存在が成立しなければ非存在も成立しようがありません。例えば、瓶が存在していれば、瓶が存在しないという概念も成立しますが、そもそも最初から瓶が存在していなければ、瓶が存在しないという概念もまた成立しないのと同じです。そのため、法界は存在しないものでもありません。

もし法界が存在と非存在のどちらでもあると言うのなら、存在と非存在は相反する概念であるため成立しません。

もし法界が存在と非存在のどちらでもないと言うのなら、そのようなものは所知の物事として成立しません。

このように法界は、「存在」、「非存在」、「両方の肯定」、「両方の否定」の全ての概念から離れていますが、「こちら側を見る者」(tshur mthong, 凡夫)はこの4つの概念以外の考え方を持っていないため、手引きでは法界がいかなる思考領域も超越する存在であると説かれているのです。

自内証智 (so so rang rig pa'i ye shes) によって所依を伴わずに見るものは、諸法の真理である始原清浄の奥底の光輝である (ka dag gting gsal) 無為法です。

では、それはまるで外道の説く神秘的な自我 (gsang ba pa'i bdag, 神我) のような、目で見ることのできない対象なのかということそうではなく、対象と有対象のどちらでもないものの、私たち自身の自性が、自内証智によって、所依や所縁の全てから離れた状態で、まるで目を持つ者が昼間に物質を見るかのように鮮明に見ることができるものです。

このような「認識し空である真実の智慧」(rig stong don gyi ye shes) は諸法の真理です。始原清浄であると説かれているのは、対象も成立せず、有対象も成立せず、法界があらゆる思考や言説の領域から超越したものであるため、もとより清浄なるものであるという意味です。しかしそれは自内証智によって所

依を伴わずに体験するものであるため奥底の光輝であり、また因や縁などによって作為されたものではないため、無為法の本質を持つものであると説かれているのです。

ここまでが見解の直指です。

このように通達することによって、虚空のヨーガ (nam mkha' rnal 'byor) を行います。

これは修行によって実践するための方法を説明しています。虚空のヨーガにはたくさんの解説方法がありますが、ここでは、まるで虚空のように、執着、分別、意識的所作 (byed rtsol) を何も働かせずに修行するべきであると説かれています。

修習しない方法によって、真理から離れないことを訓練します。

これはつまり何も修習しないということであり、存在するとも修習せず、存在しないとも修習せず、その両方であると修習するわけでもなく、そのどちらでもないとも修習するわけでもないということです。もちろん、これら4つを除けばもう他の修習方法は存在しません。

散漫するわけでもなければ、〔本性から〕離れるわけでもなく、そのままの凡庸な分別念を働かせた状態のままにしておくわけでもなく、何も考えない状態にするわけでもありません。「修習しないという方法によって訓練する」ということに精進する必要があるということです。

これが修行を実践する方法です。

六聚 (tshogs drug) の現象が鮮やかに現れたら、それを分別せずに、法性みずからの本体の境地において、努力を緩め、仕事を終えた人のように行います。

これは行為を示しています。六聚とは、対象の角度から言えば色、声、香、味、触、法を、有対象の角度から言えば眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識



を指しています。このような対象や識のうち何が現れたとしても、その良し悪しを考える分別の後を付いて行かず、達成も阻害もせずに、そのままの自然体で修行を行っていきます。まるで大きな仕事を成し遂げた人が平然と落ち着いているように、達成も阻害もせず、努力を払うことなく力を鍛えていくことが行為であると説かれています。

その時、風の心 (rlung sems) を成就した諸々の証しも努力なしに現れ、光り輝くヴィパッサナーを成就することによって、シャマタにとどまります。

風の心を一点にとどめる力によって、空虚な姿形 (stong gzugs) の諸々の証しが現れ、明智みずからの本体を認識して力が完成し、堅固を得るなど、全ての結果の功德も完全に現れるようになります。これがシャマタとヴィパッサナーの結果です。

ここまではゾクチェンの始原清浄のテクチャーの見解、修習、行為、結果に関する明確な説明となります。

ここからは生成のプロセス、完成のプロセス、ゾクチェンの3つの修行の要点が揃ったグルヨーガを修習する功德について述べられています。

このヨーガを7日間にわたって、全ての散漫を断ち切って修行することによって、直接的に、あるいは感覚や夢の中で、大成就者の智慧のお体を得たヴィマラミトラと、自分自身であるシムヘーシュヴァラが必ずご加持なされます。その時には間違いなく、それまで知らなかった数多くの深遠なる語義を知り、三昧の門を得ることでしょう。

ここで理解すべきことは、全ての散漫を断ち切って7日間にわたって修行を行えば、ヴィマラミトラとシムヘーシュヴァラが直々に摂受して下さるということです。近頃は法の要領を得ないままあれこれと考える分別念が旺盛な方もいらっしゃるので、「私はグルヨーガを7日どころかもう1か月もの間リトリートして修行しているのに、良い夢の1つも見たことがない」と考える方もいるかもしれませんが、手引きをよく読むと「グルヨーガを7日間にわたって、全ての散漫を断ち切って修行することによって」と記されています。「全ての散漫を断ち切る」とは、生成のプロセス、完成のプロセス、ゾクチェンの中のどれか1つの修行であっても、あるいは3つ全ての修行であっても、修行の境地から一刹那あるいは一弾指の間でさえ離れることなく7日間修行し続けるということです。そのように1日24時間の修行を7日間にわたって行ったのであれば、いかなる場合であっても夢の中でヴィマラミトラに摂受されないはずがありません。もし毎日、百字真言を1回唱える程度の時間しか修行に集中しなかったとしたら、グルヨーガの7日間分の修行を満たすためにどれほどの時間が必要になるでしょうか。たとえ3年間修行したとしても、全ての散漫を断ち切る7日間に達することは決してないでしょう。

また近頃は、仏教徒や修行者の中にも「仏法を修行しても成果が得られない」と言って、仏門から退いてしまう人が多いようです。このことについて、私たちはよく考えなければなりません。仏のお説きになられた法を經典に記されている通りに修行しているのに成就しなかったというのであれば仏の言葉は

嘘であるということになります。本当に經典に記されている通りに修行しているのであれば、成就しないということは決してありません。

ですから、7 日間で成就を遂げるのは不可能だと思われる人もいらっしゃるかもしれませんが、7 日間というのは時間によって定義されているものであり、一人ひとりが 168 時間、全ての散漫を断ち切り修行に専念することができれば必ず成就を遂げることができる、ということになります。

このような修行をやり遂げること自体が可能なものなのかというと、もちろん可能です。多くの優れたラマたちは、7 日間にわたって分別の揺らぎがない境地の中で修行して成就を遂げてきましたし、他にも 14 日、21 日、1 年、2 年といった長い月日を費やして成就を遂げた方もいらっしゃいます。そのため、全くもって実現不可能な修行というわけではなく、ただ必要な時間が定められているので、分別を起こさずに集中して合計 168 時間の修行ができれば成就を遂げることができるということなのです。

以上が「道そのもの」についての解説となります。

3. 道の支分

道の支分は次の通りです。まず、へそより下に向かって 4 指 (sor bzhi) 進んだところに世尊金剛薩埵を觀想し、マントラを読み唱える縁によって智慧の炎が燃え、4 つの輪の全ての場所に行き渡り、4 つの障害を燃やすと考えます。

金剛薩埵の読誦の手引きとしては、へそより下に向かって 4 指進んだところに赤色の世尊金剛薩埵を觀想し、自分が風を持する縁によって、そのお体から智慧の炎が燃え、体の病、魔物、罪、障害、および脈管 (rtsa)、風 (rlung)、滴 (thig le) の不清浄な部分が完全に浄化されると考え、同時に金剛薩埵の百字真言を読み唱える必要があると説かれています。

最後に、頭頂部のハムの字 (ཧུམ་, ham) に触れることによって、諸仏〔の智慧〕を集めた甘露の流れが現れ、4 つの輪の場所を満たしていき、四身のラマの優れたマンダラを喜ばせるのだという考えのもと、マハー・スカ・ヴァジュラサットヴァ・アハム (mahā sukha vajrasattva aham) と読み唱える必要があります。

マンダラの手引きとしては、へその下に観想したラマ金剛薩埵のお体から智慧の炎が燃え上がり、頭頂部にあるハムの字に触れることで、その心に思うだけで楽と空を生むハムの字から、諸仏〔の智慧〕を集めた甘露の流れが降り注ぎ、頭頂、喉、胸、へその4つの脈処 (rtsa gnas) を完全に満たし、それらの場所にいらっしゃる金剛のお体、金剛のお言葉、金剛のお心、金剛の智慧のラマたちを喜ばせ、自分の連続体に4つの喜びと4つの空の智慧を起こすと考えて、「マハー・スカ・ヴァジュラサットヴァ・アハム」と読み唱えます。「マハー」(mahā) は大きな、「スカ」(sukha) は安楽、「ヴァジュラサットヴァ」(vajrasattva) は金剛薩埵、「アハム」(aham) は大楽の智慧という意味をそれぞれ表しています。

このような大楽の智慧が連続体に生じると考えることは、内なる燃焼と灌注の方法 (nang gi bsreg blug gi tshul) によるマンダラの手引きです。皆さんが修行を行う際は、『前行の読誦儀軌』(sngon 'gro'i ngag 'don) と結び合わせて修行していくと実践しやすいと思います。

ここからは、4つの時間帯において仏と融合する修行 (dus bzhi sangs rgyas mnyam sbyor gyi sgom pa)、つまり日中、夜間、夜明け、夕暮れにおける4つの修行方法について説明していきます。

1. 日中に現象を印持する手引き

日中の時間帯には、門 (sgo)、境 (yul)、風 (rlung)、覚 (rig) の要所を頼りに、風の心を金剛鎖の網 (rdo rje lu gu rgyud kyi dra ba) に入り込ませて、自然成就を修習します。

日中には、体は3つの座り方を保ち、口は言葉を断ち、心は一点にとどめて、トゥーゲルの要点を一心に修習します。

2. 前半夜 (nam stod) に所知を瓶に入れる要訣

夜間には、胸の中心または眉間にある、アの文字 (ཨ、a) を備える滴 (thig le) に心を一点集中させ、光明を修習します。

ナパバレー

夜間に夢を認識したい場合は眉間にある白いアの文字に心をとどめて、夜間に光明を認識したい場合は心の中にある光を放つ白いアの文字に心をとどめてから眠るべきであると説かれています。これは夜間に所知を瓶に入れる教えです。

3. 夜明けに明智を源 (drungs) に入れる要訣

夜明けには「ハハ」(ཅཅ、haha) と氣息を清め、虚空の中央で、自ら現れた燦然と輝く大いなる秘密のアの文字 (ཨ, a) に、心、目、風の3つを直接的に集中させて、明智を源に入れます。

夜明けには、口の中から「ハハ」と氣息を3回吹いた後、心の中にあるアの文字が、前方の空中で光を放つ白いアの文字になると考えます。そこに心をとどめることで、意識は眠気などによって倦怠感を感じることなく、澄んでいくと説かれています。

この他の要訣では「夕暮れ時に根を本処に集めるもの」(srod la dbang po gnas su bsdu ba) という楽空の道を修習する方法も紹介されていますが、先ほど説明した金剛薩埵の読誦に関する内容でも代用できるため説明を割愛させていただきます。

いついかなる時も、瞬間的な自らの明智を守ることによって、錯誤した分別の群れは全て、まるで雲が虚空に消えていくように、自ら解脱していくということを学びます。

普段から、始原清浄のテクチャーの見解の境地に一心にとどまっていれば、全ての分別はまるで雲が空に消えていくかのように、法界に消えていくと説かれています。

以上が今世において解脱するための要訣です。ここからは臨終時に解脱するための2つの要訣について解説していきます。

1. 三層の虚空の要訣

今世において優れた境地を成就できなければ、三層の虚空の修行によって涅槃に至るべきです。

今世において仏の境地を得ることができなければ、将来、息を引き取る際に、外界における虚空、内なる眼脈（mig rtsa）の虚空、秘密の明智の虚空という3つの虚空に一心集中して入定し、往生します。これが三層の虚空の要訣です。

2. 往生の要訣

あるいは風の心を、アの文字を備える滴（thig le）に一心に集約させ、梵穴（tshangs pa'i lam）からラマの胸に溶け込ませて、燃え盛る炎の山（me ri 'bar ba）などへ行くことを祈るべきです。

臨終時には自分の心を胸の中に白いアの文字（ཨ、a）として観想します。頭上のラマに一心に祈りを捧げる力によって、胸の中のアの文字が梵穴から出てどんどん高くなるのぼっていき、ラマの胸に溶け込みます。そしてラマもどんどん高くなるのぼっていき、最終的に燃え盛る炎の山などの刹土へ向かわれると観想します。



続いて、法性の中有が現れるので、そこで解脱するための要訣を解説していきます。

ナパバレー

たとえ中有においてどのような現象が現れても、明智の本来的状态（rang mal）から動くことなく、「不変なること黄金の串のようであるべし」という要点を思い出すべきです。

中有において、音（sgra）、光（'od）、光線（zer）、〔イダムの〕お体（sku）など、いかなる現象が現れても、テクチャーの明智の本来的状态から動かずに一点にとどまること、これは「不変なること黄金の串のようであるべし」という教えであると説かれています。

少し入念に行う者は、聚輪などを然るべき時に享受してください。

この他にも、修行をより入念に行う者たちは、一般的に聚輪を行う必要があります。真の聚輪は、優れた証悟を備えたヨーガ行者を除いて、なかなか一般人に行えるものではありませんが、上旬の10日と下旬の25日にツォ（tshogs）を行うことができるだけでも計り知れないご利益がありますので、広大なツォをこまめに行うことを心がけていきましょう。

今日の法話はここまでとなります。

動物園へ行く

7月14日の午前、法王はヴァレーホ（Vallejo）の海洋公園（動物園）へお出かけになりました。そこはアメリカ人やチベット人の多くの法友に薦められた観光地で、一般的な動物園のように動物たちを檻の中に閉じ込めるのではなく、より人道的な方法で管理と訓練を行っていました。動物たちは決められた区域内であれば自由に活動することができ、時には自ら観光客たちと触れ合いに来ることもあるということでした。

その日は雲一つない快晴で日差しがまぶしく照り付けていました。法王は車椅子にお乗りになり、手には小さな望遠鏡をお持ちになら



れていました。立派な木々が立ち並び、鳥たちのさえずりがあちらこちらから聞こえ、花々の香りが辺り一面に漂う園内の美しい風景を楽しみながら、自然の脅威や天敵の恐怖から離れて飼育員の方々の管理のもと悠々自適に過ごしている動物たちの様子をご覧になられていた法王は、道中ずっと嬉しそうにされていました。

ここは「海洋公園」と名付けられていましたが陸地に住む動物たちもたくさんいて、私たちにとっては馴染み深いチベットのヤクも飼育されていました。最初に動物のいる各区域を一通り見て回ったのですが、名前を聞いたことしかなかった動物たちをたくさん見ることができ、とても興味深い体験となりました。その後天井のないスタジアムに移動して、そこで繰り広げられていた素晴



らしいイルカショーを観覧しました。長期間の訓練を受けているというだけありイルカたちのパフォーマンスは圧巻の一言で、スタッフの方と泳ぎを競い合ったり、水上に立ったりと様々なパフォーマンスを披露して観客から拍手喝采を受けていました。



法王も最初のうちは楽しそうにご覧になられていたのですが、しばらくすると悲しそうに眉間に皺を寄せて「これらの動物たちはなんて不憫なのでしょう。絶えず訓練を受けて、まるで人間の玩具のようにされてしまっています。そして人間も、因果について知らないまま自分勝手な飲み食いのためだけに生きているのであれば、これらの動物たちと何の違いがあるというのでしょうか」とおっしゃいました。

その後も動物たちを見て回ったのですが、檻の中に閉じ込められた動物たちも時々目にしました。法王は、まるで生涯牢獄の中で過ごすことを宿命づけられている囚

人のような動物たちをご覧になると、ますます表情を曇らせていきました。後半になると、法王はほとんどお話をされることもなく、動物たちのために静かにマントラやダーラニーを唱えてご加持をなさっていました。そのご様子を目にした私は「法王から直々にご加持を受けられるなんて、この動物たちはなんて福德がある存在なのだろう」と思っていました。

それから何年も経った後にこの海洋公園は遊園地へと様変わりし、観光客が動物たちを目にすることは徐々になくなっていったそうです。



『チェツン・ニンティク』第4回目の法話

その日の午後、法王は『チェツン・ニンティク』の最後の法話を行われました。

今回皆さんに解説しているこの法について改めてお話ししたいと思います。旧訳古派の光り輝くゾクチェンを修行する教えの体系から言えば、先代の持明者たちは皆、大転移の虹の体となりました。そして彼らの間には、体が虹の光へと化した後、光の体によって各々の生涯の深遠なる要訣を一つに要約し、弟子たちに最後の教えとして伝授する伝統がありました。ゾクチェンの修行者たちが涅槃される際に、実体を伴う血肉の体までもが全て光へと消えていくことはゾクチェン独自の特徴であり、更に、体が光へと消えていった後に再び光の塊の中から光の体として現れて縁ある弟子たちに教えを説くことも、ゾクチェンの修行でのみ見られる特徴であり、恐らく他のどの学派や宗教でも見られないことでしょう。

この人間界にゾクチェンの教えを最初に伝え広めた方は持明者ガラブ・ドルジェです。ガラブ・ドルジェは体が光の塊となった後、彼の弟子であるジャムペル・シェーニェンに『要所を突く3つの言葉』という要訣を最後の教えとして伝授しました。そして、ジャムペル・シェーニェンのお体が光の塊へと化した後には、彼の弟子である中国のシュリーシンハに最後の教えとして『6つの瞑想体験』を伝授しました。そのシュリーシンハが光の塊と化した後には、彼の弟子であるジュニャーナストラに『7つの釘』を最後の教えとして伝授しました。ジュニャーナストラが涅槃なされて光の塊と化した時には、彼の弟子であるヴィマラミトラに『とどまるための4つの方便』を最後の教えとして伝授しました。ジュニャーナストラの弟子であるヴィマラミトラとペマ・ジュンネのお二方には、最後の教えが存在しません。なぜ存在しないのかというと、ヴィマラミトラはお体を手放すことなく今でも中国の五台山で清浄なる所化たちに法をお説きになられていて、ペマ・ジュンネは羅刹の島であるチャマラ州で羅刹たちに法をお説きになられているからであり、お二方はな

ナパバレー

いし虚空が存在する限り涅槃されることなく、生身のお体で衆生にご利益をもたらし続けていくと言われていました。

ですから、私たち師弟も同様に、もしこのゾクチェンを修行して極めることができれば、もう数多の生死を繰り返す必要はなくなるでしょう。そして、いつか死が訪れた時には、もし今のこの体が衆生にとって利益となるなら、ペマ・ジュンネとヴィマラミトラのように、ないし虚空が存在する限りこの体を失わずに保ち続け、もしこの体が衆生にとって利益とならなければ、光と化してから再び所化に応じて様々な化身を遣わせることができるようになるのです。



このように、先代の持明者たちはご円寂後に再び智慧の幻化のお体 (ye shes sgyu ma'i sku) を現して弟子に法を伝授されてきたわけですが、これは決して古代の言い伝えや単なる神話ではなく、全てが実際にあったお話です。先ほど紹介した4つの教えは「4人の持明者の遺教」 (rig 'dzin rnam bzhi'i 'das rjes)

と総称され、ゾクチェンのタントラ、アーガマ、ウパデシャの全てが要約されており、現在は『ヴィマ・ニンティック』や『ラマ・ゴンドゥ』などの典籍の中に収録されています。

その後、ヴィマラミトラの弟子であるチェツン・チェンポ、すなわちセンケ・ワンチュクも、ご円寂された後に再び光の塊の中から智慧の幻化のお体となってお尊顔を現し、ペルキ・ロドゥマをはじめとする10万俱胝もの数のダーキニーたちに、この3章の遺教をお説きになりました。

ペルキ・ロドゥマなどのダーキニーたちは、その深遠な要訣を五界の文字 (klong lnga'i yi ge) に集約し、忘却しないダーラニー (mi brjed pa'i gzungs)

によって記憶しました。五界の文字とは、「アア」(ཨ་ཨ་, 'aa)、「ハ」(ཧ་, ha)、「シャ」(ཤ་, śa)、「サ」(ས་, sa)、「マ」(མ་, ma) の5文字です。

その後、ジャムヤン・ケンツェ・ワンポがこの法を取り出す時に、10万俱胝のダーキニーたちが一斉に「アア・ハ・シャ・サ・マ」(ཨ་ཨ་ཧ་ཤ་ས་མ་, 'a a ha śa sa ma) と聞き心地の良い声で唱えると、かつてヴィマラミトラがジャムヤン・ケンツェ・ワンポの前世であるチェツン・チェンポにこの教えを託した時の情景が、彼の心にありありとよみがえったといいます。このように、この法の全容は「アア・ハ・シャ・サ・マ」の5文字に集約されています。

もしかしたら「これは5文字ではなく6文字ではないだろうか？」とお考えになる人もいるかもしれませんが、もちろん、六道の一切衆生を解脱させるという意味で6文字として数えても構いませんし、ゾクチェンのタントラでは6文字として数えている場合もありますが、この『チェツン・ニンティク』においては、あくまでも「五界の文字」と記されており、つまりは5文字として扱われています。どのような屈辱で5文字として数えられているのかというと、法界が不生であることを表す法界体性智 (chos dbyings ye shes) の本質を持つものとされるアの文字が、チベット語では小さいア (ཨ) と大きいア (ཨ་) で2種類存在しているのですが、サンスクリット語ではこの2文字は発音の長短を表しているだけで別々の文字として分けられているわけではないため、大小2種類のアをひとまとめにして法界体性智を表すアの文字として扱われています。このような観点から、ここでは5文字として数えられているのです。

法についてまだ十分な理解を得られていない方や十分な研鑽を積まれていない方は「そもそも小さいア (ཨ) はチベット語にしか存在せずサンスクリット語には存在しない。ゾクチェンも全てチベット語で書かれた法であるため、そもそもインドにそのような法は流通していなかったのではないか」とお考えになるかもしれませんが、そもそもゾクチェンの教えはダーキニーや持明者たちの共通しない象徴の言葉 (brda skad) であり、それは必ずしもサンスクリット語やチベット語であるとは限りません。

例えば『時輪の根本タントラ』は、現在ではチベット語のカングユルの中に収録されていますが、それは最初からチベット語やサンスクリット語で説かれ

ナパバレー

たわけではなく、最初はシャンバラの言葉で説かれたものです。シャンバラの言葉の在り方は全く異なるものであり、サンスクリット語などに当てはめて考えることのできるようなものではありません。これは異なる場所によって言葉の在り方が異なることに起因しています。そのため、この「アア・ハ・シャ・サ・マ」というマントラに関しても、必ずしも単にサンスクリット語としてのみ存在しているとは限りません。

また「インド内でさえ広く栄えていなかった深遠な法を、チベット人が得られるはずがない」とお考えになる人もいるかもしれませんが、かつての歴史を振り返ってみると、無量光仏が善知識となった姿であるニャムメ・ジョウォ・ジェ・ペルデン・ディーパンカラ (mnyam med jo bo rje dpal ldan dīpaṃkara, 以下アティーシャ) は、かつてチベットへいらした時にサムイェー寺のサンスクリット語文献を見て、完全に慢心を打ち砕かれたといえます。彼はそれまで、サムイェー寺のタントラ部の中で自分が知らないものは1つも存在しないとさえ考えていました。なぜなら彼は、天人、龍、人間などの世界にある巻帙を実際にご覧になったことがあるだけでなく、ダーキニーたちが虚空から巻帙の門を開いて取り出した経典などもご覧になったことがあるため、もう知らないものは存在しないと考えていたからです。しかし、彼はサムイェー寺のサンスクリット語文献をご覧になった時に、自分が今まで見たことのないタントラがまだ数多く存在することを思い知り、かつてオギェン・リンポチェやヴィマラミトラが神変によって、天、龍、人、夜叉、ガンダルヴァなどの世界から持ち帰った多くの法をご覧になって、「チベット王の時代における法の繁栄ぶりは、聖地インドでも未だかつてないほどの勢いであったでしょう」としみじみたえていたそうです。

ここまでは、ゾクチェンにおける遺教の受け継がれ方を説明することでこの教法の素晴らしさをご紹介しますと共に、「アア・ハ・シャ・サ・マ」に対する誤った理解についてお話ししました。皆さんは全員ゾクチェンの学習をしている方々であり、今後は縁ある者たちを摂受し、縁のない者たちも調伏していくことになるでしょうから、そのことを鑑みて、今日は言葉をかいつまんでこのようなお話をしましたが、これ以上に語るべきこともあまりないと思います。

また、「アア・ハ・シャ・サ・マ」の6文字の中には、ゾクチェンの640万のタントラの要点が全て凝縮されていますから、皆さんは今後このマントラを心の中にとどめてよく読み唱えるようにしてください。そうすればきっと不可思議な功德とご利益があるでしょう。

この『チェツン・ニンティク』を英語など他の言語へ翻訳する時にも、「アア・ハ・シャ・サ・マ」(འཇམ་དུག་མཚན།) はチベット語のまま残し、他の文字の形に変えないようにしましょう。これは象徴の文字であるため、そのままの形を保つべきです。

それでは本論の内容に入っていきます。本論の内容は「伝授の順縁」と「教えそのものを説明する」という2つの内容に分かれていますので、まずは「伝授の順縁」から見ていきたいと思えます。

特に、嘘偽りのない強い信心と敬慕をもって、ラマに対して真摯に祈願を行うことは、あらゆる「障害をなくすこと」(gegs sel) と「境地を高めること」(bogs 'don) の中で最たるものとなります。

他の法や修行であれば、障害をなくすには障害をなくすための要訣がたくさん必要になり、境地を高めるには境地を高めるための要訣がたくさん必要になりますが、このゾクチェンにおいては、ラマに対して共通しない特別な信心と敬慕を起こして真摯に祈願を行う事によって、障害をなくすことも、境地を高めることもできると説かれています。

ここで皆さんがよく考えるべきことは、全体としては仏の法、特にチベットに栄えているニンマ派、サキャ派、カギユ派、ゲルク派、チョナン派といった学派の中で、どの学派に沿って修行を行っていくのが好ましいかということについてです。

他の学派では、どのような法を修習するにしても、まずは智慧あるラマに師事する必要がある、かつ長年にわたって師事し続けなければいけません。また同時に、5、6年の時間をかけて何度も繰り返し聴聞と思惟を行う必要があり、疑念を一つひとつ解消していかなければ、疑念を徹底的に断ち切ることはでき

ナパバレー

ません。更にはその間には、修習する次第に応じて、時には障害をなくすための、時には修行の境地を高めるための要訣がたくさん必要になります。これらは一般に、並大抵の人にとっては極めて成就しがたいものです。

一方でゾクチェンにおいては、長い年月にわたってラマに師事する必要はなく短期間の師事で十分ですし、法に関しても多くに精通している必要はなく、心の本性さえ知ることができればそれで十分です。そのため、障害をなくすためにせよ、境地を高めるためにせよ、多くの要訣を必要とするのではなく、ラマに信心をもって真摯に祈願を行い、法に対して特別な信解を起こすことができれば、それだけで障害もなくすことができますし、境地も高めることができます。そのため、ゾクチェンの修行を行うことはとても重要なことなのです。



出離心を心に刻みます。

ゾクチェンを修行するためには、敵を攻撃すること、親しい者を守ること、商業や農業を営むことなど、今世におけるいかなる物事も貪ることなく、ただ

来世に解脱を得ることだけを一心に追い求める出離心がなければいけません。ゆえに、出離心を修習する必要があるのです。

信心と敬慕を重視します。

法とラマに対して、心に信心と敬慕を抱き、体で敬意を表することを重視していきましょう。もちろん、微々たる信心と敬慕では不十分ですし、更にその継続性も保っていく必要があります。

堪えきれないほどの悲心を起こします。

悲心とは、果てしない一切衆生が苦しみから離れることを望む心のことです。それも小さな悲心ではなく、例えるならば、たった 1 人の我が子に対する母親の愛情より、幾百倍も、幾千倍も優れた悲心を起こすのです。自分よりも相手を大切に思う悲心を育むことに注力し、精力的に悲心を起こしていきましょう。

対象の甘露に頼ります。

例えば、色声香味触などのあらゆる物事は、本体が空性でありながらも様々な姿として現れますが、それらはいずれも単なる明智の莊嚴であると知ることによって、体験 (nyams) と証悟 (rtogs) の功德が生まれます。その時には、いかなる外界の現象も甘露のように頼れるものとなるでしょう。

戲論を内に集約します。

敵を攻撃することや親しい者を守ることなど、多くの雑事に散漫するのではなく、食べ物でお腹を満たせて、着る物で寒さを凌げればそれで十分であると考え、一番の理想としてはゾクチェンで説かれる 9 種の雑事 (bya ba dgu phrugs) を、少なくとも劣悪な雑事の全てを手放して、ゾクチェンを一心に修行していきます。

ナパバレー

風を自由にします。

脈管、風、滴などを修習する完成のプロセスにおいては、風を内に吸い込み、中にとどめ、外へ吐き出すといった所作を伴う形で修行を行っていきませんが、ゾクチェンにおいては、そのような所作を伴うことは認められていません。

無所作とは、例えば風を口からゆっくりと吐き出した時に、風の流れすら感じ取れない程に安住するということです。このようにゾクチェンでは、障害をなくして境地を高めるために多くの要訣を必要とすることはなく、ここでも風を自由な状態にさせておけば大丈夫です。

体の要所 (lus gnad) から離れないようにします。

テクチャーの修行を行う際には、初学者は体で毘盧遮那の七法 (rnam snang chos bdun) を行い、正しい姿勢を保って修行を行う必要があります。最初から横たわったり、寄りかかったりしながら行ってしまうと、無気力 (bying)、朦朧 (rmugs)、茫然 ('thibs) の3つの状態を誘発してしまいます。もちろん、テクチャーの境地が完全に堅固な状態に達した修行者であれば、どのように行っても構いません。

トゥーゲルの修行を行う際には、体の要所として法身、報身、化身の3つの座り方がありますので、3つの姿勢から離れないようにする必要があります。3つの姿勢から離れてしまうと、清らかな界の灯明 (dbyings rnam par dag pa'i sgron ma)、空なる滴の灯明 (thig le stong pa'i sgron ma)、明智の金剛鎖 (rig pa rdo rje lu gu rgyud) が現れられなくなってしまいます。

根の優れた界 (dbang po'i mchog dbyings) に向けます。

修行を行う際には、まるで心、目、風の3つが、太陽、月、灯明、あるいは虚空などに溶け込んでいくかのように、法界に意識を向けて修行していく必要があります。

時々、瓶の呼吸 (bum pa can) を柔らかく持します。

「瓶の呼吸」とは、息を吸い込んだ後、お腹を少し風で満たしておくことを言います。「時々」とは、信心、悲心、菩提心などの善い分別が生じた時に、風を少し内に保っておくということです。「柔らかく持する」とは、この他の脈管と風（*rtsa rlung*）の要訣のように、力を込めて激しく持する必要はなく、風を柔らかく持するだけでよいということで、つまりは風を内に少し保つだけで十分であるということです。

常に、認識し空である赤裸々な状態を保つことを要点とします。

テクチューを修行する時には、ただ単に何も考えないわけではなく、自分の本性を自分で明らかに知り、認識し空である本性（*rig stong gi rang ngo*）を捉える必要があります。

トゥーゲルを修行する時にも、認識し空である本来の状態（*rig stong gi rang sa*）を捉えて修行する必要があり、外界に分別を散漫させるわけでも、何も考えずに内にとどまるわけでもありません。



要約しています。

これらはいくまでも、要訣の要点を凝縮して簡略的に解説しているだけであると説かれています。

戲論の増益はニンティックにより断ち切るべきです。詳しくはラマより聴聞してください。

もしまだ除去すべき戲論の増益がたくさんあるようなら、『ヴィマ・ニンティック』に記されている 119 個の要訣によって増益を断ち切っていきましょう。

ナパバレー

より詳しい意味については、単なる語義上の読解にとどまらず、ラマの要訣を聞いて理解を深めていく必要があります。ラマの要訣は往々にしてほんのわずかな言葉であり、多くの説明がされるわけではありませんが、その要訣を聞いてから明智を認識していくべきです。

このように真剣に精進することで、上は6か月、中は3年、下でも12年で有漏の集合体 (zag bcas kyi phung po、肉体) が光へと消えるでしょう。

このゾクチェンの修行を行うことで、機根の上中下に応じてこのように順次に解脱することができるため、極めて迅速な道であると説かれています。

音と言葉は中央脈管へ消えていきます。分別の群れは内なる輝き (nang gsal) に消えていきます。

言説は全て中央脈管へ消えて仏のお言葉となり、分別の群れも全て法界に溶け込んで仏のお心となり、解脱していきます。

望むのであれば、優れた身口意を成就するでしょう。

所化の界 (khams)、機根 (dbang)、信心 (mos pa)、思考 (bsam pa) などの違いに応じて様々な化身を現し、身口意の優れた結果を成就するでしょう。

ゆえに、ただひたすらこのように精進するべきです。これは、未来において五濁が盛んになり、チベットが蛮族の恐怖によって教えの崩壊に瀕した際に、ニンティクの真髓の真理を信じるヨーガ行者であり、一見すると一般人と同じように行動しているものの、秘密は誰にも測りがたく、あらゆる有法が幻のようであると通達しているため何者にも征服されず、眉間は勇者の印によって飾られていて、師のジャムペル・シェーニエンのご加持によって出会う智慧の伏蔵を取り出し、特にには了義に確信を得ていて、私と私の偽りのない教えの体系のみを信じ、奪われることなく堅固でいる、ウーセル・トゥルペー・ドルジェ ('od gsal sprul pa'i rdo rje、「光り輝く幻化の金剛」の意) と呼ばれる者が、長い時を経て世に現れて、お説きになられることでしょう。それゆえ、そのため

に、しばらくの間は智慧界のダーキマ（dhākima）たちが五界の文字として保持し、然るべき時にその者の連続体をご加持して覚醒させてください。縁ある頓悟の種姓を備える一部の者に、利益がもたらされるでしょう。

上の一文の意味については、灌頂の歴史を説明する際に詳しくお話したため、ここでは詳しくお話しませんが、簡単にお話すると、このテルマは将来ウーセル・トゥルペー・ドルジェ、すなわちジャムヤン・ケンツェ・ワンポによって取り出されるであろうということ、そしてこの法は、ゾクチェンの所化となる機根の極めて鋭い一部の方々に利益を与えることとなるであろうということ、チェツン・チェンポはお説きになられています。その語句の全容については、以前灌頂を行った際に説明しました。

今日は皆さんに、私が心に思ったことを少しだけお話ししたいと思います。ここアメリカでは、趣味、民族、意欲、智慧などの違いによって、宗教を全く信仰しないという人もいれば、宗教を信仰しているという人もいますが、私たちは両者のうちどちらが好ましいのかということについて深く考えるべきで、何の考えも持たずにいるべきではないと、私は思っています。私たちは心を持たない無情法ではありませんし、正気を失った狂人でもありませんから、宗教を全く信仰しない方がいいのか、宗教を信仰する方がいいのかをよく考えていくべきです。

宗教を信仰しない人は、今世と来世において幸せになり苦しまないようにするための方法を考えようとする必要もなく、ただ食べるものや着るもののためだけに日々を生きるばかりで、まるで今日私が訪れた動物園にいた動物たちのように、これからどうなっても、何が起きても、まるでどうでもいいと考えているようにすら感じられることがあるのですが、それは本当にとっても哀れなことだと思います。そのため、私は誰もが宗教を信仰すべきだと思うのです。

しかし、一部には自分の幸せや安寧を求めるためであれば他者に危害を加えることも厭わないという宗教も存在しています。そのような宗教を信仰することもとても哀れなことであり、今世に苦しみをもたらすばかりか来世にも苦し

みをもたらすことになるでしょう。仏教以外の宗教の中で最も素晴らしい宗教を挙げるとするならば、それはキリスト教ではないかと思います。なぜならキリスト教は主に慈悲と博愛の理念を提唱しているからです。ただ、キリスト教の理念を仏教と同列に論じることはできません。その理由は、キリスト教の素晴らしい理念と善の思想は仏教に全て含まれている一方で、キリスト教には一切含まれていない、自他の一切衆生を今世と来世において幸せにするための多くの方法が、仏教では説かれているからです。それもただ説かれているだけではなく、聖教、理論の考察、要訣の体験といった信頼できる根拠により証明されています。数千年前に、仏、文殊菩薩、観音菩薩などの類いまれな智者たちが説かれた聖教があること、数千年来の正しい根拠に基づく理論の考察により仏のお言葉がわずかな矛盾もない正理であると証明されていること、法に説かれている理趣の通りに修行することによって一時的な幸せと究極の仏の境地を得られるということを経験できることなど、これら全てのことが、今日までに数億もの人々によって実証されています。そのため仏の法は、聖教、理論、要訣によって信頼できるものであるということが証明されており、口先だけでそのようなお話をしているわけではないのです。

仏の法には様々な種類がありますが、ゾクチェンはその全ての中で最も優れている法に他なりません。ゾクチェンは上中下を問わず、誰が修行しても理解できないということはありませんし、長い時間をかけなくても、特別大きな信心を備えていれば、6 か月で仏の境地を成就することができる法です。このようなシンプルで実践しやすい法は仏の経典の中でも極めて稀なものです。

ここまでにお話ししたことは、全て私自身が長い時間をかけて調査した上での結論です。私は幸運なことに生まれた時から鋭い知性に恵まれていましたが、今お話しした内容は私が14歳から60歳に至るまで、仏教と他の宗教についてじっくり観察し、分析してきた結論で、決して他の宗教が嫌いで仏教が好きだからという理由でこのお話をしたわけではなく、全てが調査の結果に基づいています。また、これはこの場にいらっしゃるリンポチェの皆さんや、ネパールやインドなどからいらしたラマやトゥルクの方々に向けたお話ということでもなく、在家者の男女の皆さんが数十年かけて分析したとしても、仏教と他の宗

教の違いを明確にすることはなかなか難しいであろうことを鑑み、あくまでも客観的な立場から、ここにいる在家者の皆さんに向けてこのお話をするにしましたのです。皆さんがこれから迷いを捨て去り、心を決めてゾクチェンの修行に専念していくことで、きっと今世も来世もぐんと良い方向に向かっていくことでしょう。



もし、まだ「光り輝くゾクチェンは本当に他の法より秀でているのだろうか」、「他の宗教や学派と何が違うのだろうか」といった疑問を抱えている方がいらっしゃるようでしたら、お時間のある時に私に質問していただければお答えいたします。私に時間がないようでしたら、ケンポ・ナムドルとケンポ・ソダジに質問していただければ、きっと彼らが疑問を解消して下さるでしょう。時間をかけて懸命にご自身の疑問の解決に取り組んでいくことで、必ずゾクチェンに対する共通しない信念を持つことができるようになります。

さて、ここまで第1章の内容を詳しく解説してきました。第2章では主に読誦の内容が記されており、第3章では要訣の要綱によって意味がまとめられています。今回は解説しません。ここからはこの法の口伝を読み唱えていきます。これで『チェツン・ニンティック』の根本の3章の全容を、一字一句余すことなく全て皆さんに伝授したことになります。

この法の手引きには、広大なる手引きと深遠なる手引きで2種類の系統があります。広大なる手引きとしては、アゾム・ドゥクパ・リンポチェ (a'dzoms 'brug pa rin po che) が記した『前行の手引き—持明の教え—』(sngon 'gro'i khrid yig rig 'dzin zhal lung) や『手引き—善き道の智慧の真髄—』(khrid yig lam bzang ye shes snying po) など数多くの教えがありますので、ぜひそれらをご参考にしてください。深遠なる手引きとしては、最も深遠な教えの1つにレーラプ・リンパの『手引き—智慧のティクレ—』(khrid yig ye shes thig le) があります。その他に、この両者の要点を融合させて解説しているものとして、コントゥル・ユンテン・ギャムツォの『真髄を要約した手引き—円満なる秘密のティクレ—』(khrid yig snying po'i bcud dril thig le gsang rdzogs) があります。

今後皆さんがこれらの教本をじっくり読んで、ゆっくり考えを深めていくことができるのであればそれに越したことはありませんが、たとえこれらを読むことができなかつたとしても、私は皆さんに今回の4回にわたる解説と手引きの中で法の究極の意趣と要点を余すことなくお伝えしてきました。今回は、チャクドゥ・トゥルク・リンポチェ (lcags mdud sprul sku rin po che、以下チャクドゥ・リンポチェ) などが弟子たちを代表して私に解説をご依頼になられた時にお伺いした内容に沿うように解説しました。今回、お声がけくださった皆さんはゾクチェンの修行を行っており、裏表なく心の奥底から大きな信心と強い渴望を抱いて私に「どうか正確なご解説をお願いしたいのです」とおっしゃっておられましたので、今回の解説では全ての要訣を1つ残らずお伝えしました。これから皆さんが実際に修行を積んでいけるよう心から願っています。私はチベットにいた時でさえこのように伝授したことはありませんが、今回皆

さんに伝授した理由は先日申し上げた通りです。どうもありがとうございます。吉祥をお祈り申し上げます。

(会場内に拍手が起こる)

初めて熱気球に乗る

7月15日の午前、一部のアメリカ人の弟子たちが法王に「熱気球に乗ってアメリカの自然の景色を楽しまれたらどうか」とお勧めしたのですが、熱気球は心臓病や高血圧症を患っている方には適さないということで、法王の健康面を考慮して私たち同行者だけで体験することにしました。

熱気球は飛行機が発明される前の西洋の航空機の1つで、大きなバルーンの下部に搭乗用のゴンドラが吊るされていて、熱気と気流の力で駆動し浮力で飛行します。熱気球に乗るのに最も適している時間は、1日の中でも比較的風が落ち着いていて気流も安定している日の出直後と日没の1、2時間前とのことでした。



その日はよく晴れて雲一つありませんでした。私たちは午前9時過ぎに、ガスで平らな布がゆっくりと膨らんで飛行準備が整った熱気球に乗り込みました。上昇していく熱気球に乗っていると、少し不思議な気持ちになりました。熱気球の上昇速度はとても速く、あっという間に300メートルほどの高さに到達し、その後はほどよい速度で街、田畑、森林、山脈などを通り抜けていきました。熱気球のゴンドラからは様々な美しい景色を一望でき、まるで絵画の中を遊覧しているかのようでしたし、空から壮大な自然を見ていると、心の中がとても自由な気持ちになりました。高い山を超える時には毎回気流が乱れ、ゴンドラ

ナパバレー

は乱気流に遭遇した飛行機よりも強く揺れましたが、私は不思議と緊張することなく終始とても落ち着いていました。

約1時間の空の旅は大変楽しい飛行体験で、私はまるで世界の全貌を見てきたように感じ、また、人間はなんてちっぽけな存在なのだろうとも感じました。熱気球は以前写真で見ただけで知ってはいましたが、実際に搭乗してみると、想像とはまた異なる特別な感覚を味わうことができました。



密教が秘密にされる理由

その日の午後、法王は『文殊静修ゾクチェン』の灌頂を伝授し、その後のようにお話しになりました。

この灌頂は10万の持明なるダーキニーの心血であり、私自身にとっても心髄のような教えです。そのような教えを、私は今回惜しみなく全て伝授しました。そして今回は、この世界中のどこを探しても後にも先にも存在しないような、大きなご加持を秘めた深遠な教えである『仏を手中に授ける』という手引きを皆さんに捧げます。この法はとても奥が深く素晴らしいものですが、その利害もまた非常に顕著であるため、この法に出会って大きな利益を得る人もいれば、大きな危害を招いてしまう人もいます。

すなわち、ラマに対して嘘偽りのない清らかで真摯な信心を抱き、法に対しても特別な信解をもって一心に修行に励み、他の人に話してはいけない深遠な秘密を守ることができれば、濁世におけるわずかな一生の間にも、長期的な努力を必要とせず、仏の境地を成就することができるため、10万の如意宝よりも優れた大きな利益を得ることができ、反対に、ラマに信心を抱かず、



特に表では褒め称えて裏では誹謗するというような二枚舌を働いたとしたら、それは必ず悪趣に墮ちる因となります。

皆さんはすでにこの深遠なる法に入門していますから、裏表なく、法に大きな信心を持って修行していくべきです。もしそのようにせず、この法は悪であり不浄なものであると放言したり、みだりに分別を加えたり、あれこれとあげつらったり、あるいは仏教に入信して1、2年後には別の宗教に改信して仏教を誹謗したりしてしまったとしたら、それもまた必ず悪趣へ墮ちる因となるでしょう。そのためこれは大変厄介な法でもあるのです。ですから、灌頂を受法していない人やご縁のない人には秘密にする必要がありますし、ラマと内なる誓言によって密接につながっている一部の金剛法友を除いて、誰彼構わずに見解や修行について話してよいはずがありません。ある単語について議論するだけでも必ず悪趣に墮ちてしまうほど危険な法なのです。だからこそ、ゾクチェンの法は誰にも教えずに秘密にしておく必要があります。私の伝えたいことがお分かりいただけるでしょうか。

もしかしたら、「ゾクチェンをここまで秘密にする必要があるのは、人に知られてはいけないような過失があるからではないだろうか」とお考えになる方もいらっしゃるかもしれませんが、決してそうではありません。秘密にすれば、最上と共通のあらゆる悉地を容易に成就することができ、秘密にしようともせず秘密の門を乱してあちこちに言いふらせば、悪趣へ墮ちる共通しない因となるからこそ秘密を守る必要があるのであって、決して密教に大きな過失があるがゆえに秘密にしなければいけないわけではないのです。

例えば、今私は東洋のアジアの国から遠く離れた西洋のアメリカの国へ来ており、弟子の皆さんも自然にこの場に集まってくれました。ですから、私と皆さんにはきっと多生の業と願いによるご縁があるのだと思っています。しかしながら、私たちが何度もこうして一堂に会することは難しく、私が今後アメリカを再訪することもないと思いますから、おそらくは今回限りの機会となるでしょう。そのため、皆さんのことを不憫に思う気持ちと愛おしく思う気持ちから、私は今までチベットでも広く伝授してこなかった教えを今回皆さんにたくさん伝授しているのです。私は皆さんに対していたたまれない気持ちになりこの法を伝授しましたが、もしこの行いが間違っていて、今後皆さんが密法をあちこちに言い広めてしまったとしたら、私たち師弟のどちらにも害がもたらされるでしょう。深遠なる密教の灌頂や教えは、扱いを誤れば大きな危害をもたらしますし、正しく扱えば大きな利益をもたらすものなのです。

もう一度繰り返しますが、ラマに対しては裏表のない信心を抱くべきです。裏表がないというのは、表では信心があるように振る舞いながら、裏では信心を持たずに行動するというものではありません。そして法に対しても緩急のない信解を持ちましょう。最初は法に興味や好感を抱いていたのに、後になって興味や好感を失ってしまうというような状態は緩急があるということになります。

密教における深遠なゾクチェンに属するこの法は、誰にも話さず自分1人の心にとどめて修行を行うことができれば、一生のうちに仏の境地を成就することができるという、他のいかなる教えとも異なる特別に優れた教えです。どうかこのことを心によくとどめておいてください。

・修行の要点をまとめる

今回は『仏を手中に授ける』の本文の説明は行いません。明日にはまた新しい方々がたくさんいらっしゃるでしょうし、今日いらっしゃる皆さんの多くはここを去ってしまうでしょうから、今回は『仏を手中に授ける』の要点をまとめて解説したいと思います。

この手引きの実践においては、最初に肝心なこと、中間で肝心なこと、最後に肝心なことの3つがあります。

最初に肝心なことは、輪廻のあらゆる物事に対する執着を完全に手放し、真の解脱を成就する嘘偽りのない道を修行したいと欲する気持ちを自分の心の連続体に起こすことです。すなわち、有暇円満の得難さと生命の無常についてよく考えることで今世に対する執着をなくし、因果応報と輪廻の苦しみについて考えることで来世に対する執着をなくしていくことで、総じて輪廻に対する執着の心がなくなるまで瞑想を続ける必要があります。



中間で肝心なことは、自他に広大な利益をもたらすことです。自他に利益をもたらす方法は何かというと「帰依」と「発菩提心」です。帰依はどのように行えばよいかというと、まず清らかな仏教徒になることを約束して誓いを立てた上で、仏法を学んで修行していきます。仏法には「小乗」という共通する法と、

「大乘」という共通しない法の2種類があります。小乗では、たとえ命の危機に瀕しても他の衆生に危害を加えないための方便として、在家や出家の戒律を授かり、それを遵守していきます。つまり、単に他者に危害を加えないというだけでなく、他者へ危害を加えることを絶対に行わないという誓いを立てることです。誓いがあってこそ真の仏教徒であり、誓いを立てることなく単に他者に危害を加えていないだけの状態では、ただそこにある土や石、山や岩

ナパバレー

などと変わらないため、まだ仏教徒とは言えません。他者に危害を加えないために、三宝に帰依する誓いを心に立てることを「帰依」と言います。

このように、他者に危害を加えない方便として、自分の心に戒律を授かる必要があります。東南アジアの多くの国々では戒律を授かる伝統がまだ残っていますので、沙弥戒や比丘戒を授かった出家者はチベット、インド、スリランカなどの国では多く見られますが、アメリカで出家者の戒律を授かることはなかなか難しいかもしれません。本格的な出家者の戒律を授かることが難しかったとしても、できれば居士戒や齋戒、少なくとも限定的な戒律（bar ma'i sdom pa）だけでも授かるようにしましょう。

居士戒を授かるためには、生涯にわたって「いかなる人の命も奪わないこと」、「他者に大きな被害を与えたり他者を著しく欺いたりするような嘘をつかないこと」、「欲望に駆られるままに既婚者と邪淫をしないこと」、「他者の財産を盗まないこと」、「お酒を完全に断つこと」について誓いを立てる



必要があります。これらを全て断ち切ることが最も理想的ですが、たとえ全てを断ち切れなかったとしても、この中のいくつかだけでも生涯にわたり断ち切ることを誓い、それらの戒律を心に授かった者は「居士」と呼ばれます。

「殺生をしないこと」、「盗みを働かないこと」、「邪淫をしないこと」、「嘘をつかないこと」を「4つの根本戒」と呼び、今日の日の出から明日の日の出まで4つの根本戒を犯さないと誓うことを「齋戒」と言います。

たとえこれらのいずれの戒律も授かることができなかったとしても、右邊、礼拝、読経、そして観音菩薩、文殊菩薩、グル・リンポチェのマントラの読誦などをできる限りたくさん行うようにしましょう。

チベットでは、誰かが大事を成し遂げようとしている時にエールを送って応援する習慣がありますので、私も皆さんにエールを送って応援します。そもそ

も応援とは、勝負事などの際に競技者に向けて「当人の持つ本来の力が発揮されますように」という願いを届けるための行為ですが、なぜ私が皆さんを応援するのかというと、例えば、私たちが住んでいるチベットは人口が少なく、経済も発展途上で様々な知識も乏しい国ですが、それでもチベットではラマのみならず在家の男女を含めたほとんどの人が観音菩薩や文殊菩薩などのマントラを少なくとも1億回は唱えています。一方でアメリカは人口も多く、経済も発展していて知識も豊富な国ですが、アメリカ人の方々は日頃からマントラを唱えることはないでしょうし、今ここでも皆さんはただ腕を組んで座っているだけですから、私たちチベットのラマたちを前にして、皆さんはご自分が不甲斐ないように感じているのではないのでしょうか。

(ここで会場に笑いが起こる)

皆さんもできる限りたくさんマントラを唱えていきましょう。

そして、他者に危害を加えないだけでなく、更に慈悲心を持って利他を行っていくことこそがゾクチェンの根本です。仏法の究極の真髄は慈悲心に他ならないため、自利を手放し、一切衆生に対して常に善意と善行によって利他を成就していくことが不可欠であり、それこそがすなわち至高の菩提心を起こすということになります。

最後に肝心なことは、いかなる錯誤もなく、信頼できる正しい量を兼ね備えた法によって仏の境地を成就することです。そのような法とは何かというと、全体としては密教金剛乗であり、特にあらゆる乗の頂点である究極の光り輝くゾクチェンです。ただひたすらにその修行に励むことこそが、最後に肝心なこととなります。つまり、全ての仏法を要約すると、「他者に危害



ナパバレー

を加えないこと」、「ひとえに利他を行うこと」、「利他を広く、難なく、速やかに成就すること」という3点にまとめることができます。

ここまでで、『仏を手中に授ける』に記されている修行の要義を3点に要約して説明してきました。この法を聴聞したいという方は、明日金曜日の午後に会場にいらしてください。

今回は以上となり、他に私からお伝えすることはありません。

ご加持による付託と印持

7月16日の午前、法王は『仏を手中に授ける』の冒頭から完成のプロセスまでを解説された後、ゾクチェンに関する部分の口伝を読み唱えられました。その中で、この手引きの付託と印持 (gtad rgya) について説明された際に、法王は次のようにお話しになりました。

共通する小乗に対応する初善の手引きはすでに解説を終えており、共通する大乘の顕教と密教に対応する中善の手引きも解説し終えましたので、ここからは共通しないゾクチェン自学派に対応する末善の手引きについて解説していきます。この中には前行、本行、後行の3つの手引きがあります。

そのうち、前行の手引きとは、三門の錯誤である身口意の不浄なる部分を全て浄化するための方便であり、本行である始原清浄のテクチャーの手引きは、自分の心の真理を誤りなく目の当たりに見るための手引きであり、後行である自然成就のトゥーゲルの手引きは、自発的エネルギーのお体と智慧の現れ (rang rtsal sku dang ye shes kyi snang ba) を無効用に現れさせるものです。

これらの手引きを実践する方法としては、まずは見の相承 (mthong brgyud) の対面の手引き (lag khrid) に基づいて修行を行い、そして前の修行体験をもとに後の手引きを進めていってください。私がここを離れた後は、ここにお集まりのチベット人のラマたちに対面の手引きと体験の手引き (nyams myong gi khrid) をお伺いすることで、きっと明確なご教示をいただくことができるでしょう。たとえラマに出会えなかったとしても、前の修行をきちんと堅固なも

のにすることができれば、後の手引きもきっと難なく自分の心の連続体に芽生えるはずです。私はこのことに対して「加持による付託と印持」を行います。

「加持による付託と印持」とは、このような境地が皆さんの心の連続体に生じることを祈るだけでなく、三根本と護法神を証人として皆さんに事業を託し、「この特別な要訣が、時が熟した際に復興しますように」と付託と印持を行うことです。そうすることにより、皆さんの心の連続体には自然とその境地が生じるようになるでしょう。



ここから先の手引きを引き続き詳しく解説していくことにはあまり大きな利点がありません。例えば、ある家の中に18段の階段があったとして、1段目、2段目と順番に登るのではなく、最初から一気に18段目に飛び上がろうとしても難しいように、皆さんの修行に関しても、前の修行を自分自身で体験していなければ、後に続く多くの教えを私が連日ないし数か月にわたって説明したところで、理解できるものではないからです。

皆さん、どうか本行の内容を難解に感じて落胆しないでください。心を転換するための4つの考え方、帰依、発菩提心、グルヨーガを真剣に修習して、それらの境地が本当に心に生じた時には、きっとこの手引きを直接ご覧になるだけで皆さんの心に真の境地が生じると私が保証します。

それでは手引きの『仏を手中に授ける』の連続性が途中で途切れてしまわないように、ここからの手引きはチベット語で口伝を読み唱えていきますので、敬虔な信心を持ってよく聴聞してください。

私にはこれらの法王のお言葉が、この法を未来の縁がある方々に向けて間接的に託されているように聞こえました。たとえその目で直に法王のお顔を拝見したことがなく、その耳で直に法王の教えを拝聴したことがなかったとしても、

ナパバレー

50万の前行をきちんと修習し終えて、ラマと法に対して清らかな信心を抱いてさえいれば、この法を頼りにゾクチェンの意味を理解し、その上でゾクチェンの実相を証悟することもきつと難しくないでしょう。

文殊菩薩に最も近い法

当時現地で法王の法話を聴聞していたジェイミー・カルファス (Jamie Kalfas) は、次のように語っています。

ナパバレーで法王は、法王が当時より6年前の1987年に五台山で取り出したばかりのテルマである『文殊静修ゾクチェン』の灌頂と手引き、そして『チェツン・ニンティク』の伝授を大変詳しい解説と共に行ってくださいました。

法話をされる法王はいつも自然体で自由な雰囲気をもっていて、気取ったり、取り澄ましたりすることがありませんでしたから、私たちもとても親しみを感じていました。法王は時々耳に数珠をおかけになっていることもありました。



現在のジェイミー・カルファス

法会に参加していた人の中には、『文殊静修ゾクチェン』を気に入っていた人もいれば、『チェツン・ニンティク』を気に入っていた人もいて、当時の私は『文殊静修ゾクチェン』が好きだったので、長期にわたって毎日のように修行を行っていました。ただ、最近はあまり修行に精進していないため、昔のように毎日欠かさず修行しようと思っているところです。私たちのリトリートセンターにいる一部の方々も週に一度の共同修行を行っています。

この法を修行していると、これほど文殊菩薩を近くに感じられる法は存在しないと感じる瞬間があり、私はこの修行が大好きです。外出をする時に教本を持っていくこともあれば持っていけないこともあります、いずれにしてもマントラの読誦は1日も欠かしたことがありません。

こう話し終えた彼は、続けて法王の祈願文を唱え始めましたが、しばらくすると突然読誦を止めて「こうして唱えていると、泣いてしまいそうになるので」と言いました。時を経た今も彼の心の中に法王のご加持があることがよく分かる出来事でした。

プライベートジェットに乗る

その日の午後、ある施主が自分のプライベートジェットで法王にご加持をしていただきたいと法王を空の旅にご招待され、法王はこのご招待をお受けになりプライベートジェットに搭乗されることになりました。



私たちが飛行場に着くと、そこにはたくさんのプライベートジェットが停まっており、アメリカにはプライベートジェットを所有している方がたくさん



いることを知りました。当時の私たちには、プライベートジェットどころか 1 台の自家用車を所有することでさえ考えられないことでした。

飛行機の搭乗人数には限りがあったため、法王とアネ・メドゥン、ラマ・ムンツォ、そして通訳の方が搭乗し、私を含め他の人たちは飛行場で待機することに決まりました。



離陸した飛行機は一気に上昇して上空でどんどん小さくなっていき、ついには私の視界から姿を消してしまいました。その日は風がとても強かったので私は少し心配になり、飛行機が飛んで行った方向の空をずっと見上げていたのですが、だいぶ時間が経ってから飛行機が戻ってきたのは全く別の方向でした。何はとも

あれ、私の不安な心も着陸する飛行機を見てようやく落ち着いたのです。

法王もとても楽しそうなご様子で、「今回の空の旅は大変面白かった」とおっしゃっていましたが、どこへ行き何があったのかは、待機していた私たちには分かりませんでした。

プルパの最も深遠な真髓

7月17日の午後、法王はレーラプ・リンパの『プルパの最も深遠な真髓』(phur ba yang zab snying po) の灌頂を伝授される前に次のようなお話をされました。



かつてインドのシャンカラクタータの塔 (śaṅkarakūṭa caitya、mchod rten bde byed brtsegs pa) では、8人の持明者 (rig 'dzin brgyad) がそれぞれ八大へールカ (bka' brgyad) の異なる修行を行っていて、彼らはやがて八大へールカのサーダナ (sgrub pa bka' brgyad) の継承者となりました。その後、マハーグル (mahāguru、パドマサンパヴァ) は塔の中から八大へールカを総集した箱を

ナパバレー

取り出し、吉祥なるサムイェーの寂静処たるチムプ (mchims phu) の赤岩洞窟 (brag dmar ke'u tshang) で、文殊の体 ('jam dpal sku)、蓮華の言葉 (pad ma gsung)、真実の心 (yang dag thugs)、甘露の功德 (bdud rtsi yon tan)、金剛槩の事業 (phur pa phrin las) などを含む『八大へールカ—善逝の集い—』 (bka' brgyad bde gshegs 'dus pa) の灌頂の全てを、心の子たる9人の君臣 (rje 'bangs snying gi bu dgu) へそれぞれ伝授しました。





その後、ティソン・デツェン王の最も優れた大臣である真言持者のドルジェ・ドゥジョムは、金剛樞の教えの継承者であるダーキニーのイエシェ・ツォギャルに、金剛樞の教えを説いてくださるよう何度も勧請しました。するとダーキニーから「この深遠な金剛樞の法は、まだ私が伝授すべき時ではありません。マハーグルに直接教えを乞うべきです。ツォの供物をふんだんにご用意してください」と手紙が送られてきたので、ドルジェ・ドゥジョムは四方の国々を震撼させるほどのツォの供物を用意し、マハーグルから直々に金剛樞の教えを全て残らず授かりました。その時、彼がイダムを決めるために花を落とすと、かつてのイエシェ・ツォギャルと同じように、金剛樞の事業のイダムの上に落ちたのでした。それからというもの、ドルジェ・ドゥジョムは有雪国において比類なき力を発揮し、太鼓を鳴らし金剛樞を持する真言持者たちの主として任命されました。

またこのような縁起により、後世におけるドルジェ・ドゥジョムの歴代の転生者であるテルトンたちも皆、金剛樞の教法を有しています。ドルジェ・ドゥジョムはこれまでチベットにおいて、リクジン・グーキ・デムトゥチェンや北派のベマ・チンレー (byang ba pad ma 'phrin las) などとして転生していて、その後、ニャクの不敗の谷 (nyag a dzi rong、ニャロン) において、テルトンの王たるテルチェン・レーラブ・リンパ、すなわちニャクラ・ソギャルとしてお生まれになりました。テルチェン・レーラブ・リンパは、卓越した智慧と類いまれな成就を兼ね備えた大成就者であり、特に法のテルマ (chos gter) と物質的なテルマ (rdzas gter) を自在に御することができました。彼のあらゆる法のテルマの中で一番の真髓となるものが、すなわちこの金剛樞に関する法門であり、その中でも広としては『プルパの極秘の憤怒』(phur ba yang gsang khros pa)、中としては『プルパの最たる精髓の刀』(phur ba yang snying spu gri)、略としては『プルパの最も深遠な真髓』(phur ba yang zab snying po) という3部作の教えが存在します。

中でも『プルパの極秘の憤怒』は、何人たりともみだりに修行することを許されない非常に難しい法であり、もし誓言を備えていない人が修行すれば、誰であれ必ずダーキニーと護法神から罰せられる極秘の教えですが、この『プル

パの最も深遠な真髓』は大きなご加持を秘めているものでありながら、どんな人でも修行することができる開放的な教えです。このような縁起により現在のチベットでは、『プルパの極秘の憤怒』については、生涯にわたって修行に精進する者たちが寂靜処で修行している以外に、誰もが修行しているというわけではありませんが、『プルパの最も深遠な真髓』については、家のお祓いとして在家者たちにもそれぞれの自宅で広く読み唱えられています。

総じて、広、中、略の3種の金剛樞の法のうちどの法を修行するにしても、どれか1つの灌頂を授かっていれば、3つ全て修行することができます。今回は皆さんに、広大な金剛樞の教えの要点を1つに集約した『プルパの最も深遠な真髓』の灌頂を伝授していきたいと思います。

『37の菩薩の實踐』の素晴らしさ

続いて法王は『37の菩薩の實踐』の口伝を読み唱えられた際に次のようにお話しされました。

この9日間の中で、私はゾクチェンにおける「成熟させる灌頂」と「解脱させる教え」を広く伝授してきました。これまでお話ししてきたように、ゾクチェンの修行に専念していくことが大変重要なのですが、まだゾクチェンの修行を始めることができない方や修行の方法を知らない方、あるいは方法を知っていても順を追って学んでいきたいと考えている方は、まず菩薩道の教えの体系に従って学んでいくべきです。そして、あらゆる菩薩道の核心にある内容がすなわち『37の菩薩の實踐』ですから、今から皆さんにこの法の口伝を読み唱えていきたいと思います。

この法の作者であるギャルサー・ングルチュ・トクメー (rgyal sras dngul chu thogs med) は観音菩薩の化身であり、彼が住んでいた場所では、敵対関係にある羊と狼、鷹と雀などでさえも互いに慈しみを持って仲良く暮らしていて、彼の心に菩提心が習熟していることの証しが外界にも現れるほど偉大な菩薩でした。



この『37の菩薩の実践』は、実践することで不可思議な功德を得られることは言うまでもなく、たとえ実践できなかったとしても、その語句を耳で聞くだけでも心の連続体に解脱の種を植えることができます。そして、この法は語句が大変分かりやすく、また実践しやすい教えですから、もし皆さんにラマがいな

かったとしても文字を読むだけで意味を理解することができるでしょう。ゾクチェンをはじめとする密法を修行するには、まずラマに師事し、ラマのもとで灌頂を授かり、口伝と解説を聴聞し、法の内容によく精通してから実践していく必要があります。もしラマに師事することなく、灌頂や手引きを授からないまま自力で密法を修行しようとするれば、利益を得られないばかりか大きな過失になりかねません。しかしこの法は、ラマがいなくても、灌頂や手引きを授かっていなくても、自分の力で修行することができるため、大変実践しやすい教えです。

昨日もお話ししたように、密教の法理は、灌頂を受法していて誓言を同じくする法友を除いて誰にも話してはいけません。この『37の菩薩の実践』は上中下のかいなる衆生の耳に聞こえても何ら不都合はありませんし、広く伝われば伝わるほど大きなご利益があります。この教えが栄えているところは、病、飢饉、争いがなくなり、寿命、吉祥、富がどんどん増長していきますので、この教えは広大な利益をもたらすために是非とも必要な門でもあるのです。

今回は法会の主催団体である4つの道場と弟子の皆さんから『37の菩薩の実践』の口伝を読み唱えてほしいと依頼されたわけではありませんが、純粹な利他の心によって皆さんにこの「聞く解脱」である偉大な法を一度読み唱えていきたいと思います。この法はとても深遠な教えで、私にとっても幼い頃から今までずっと修行の核心としてきた教えですし、一度のみならず、100人余り

のラマたちのもとで何度も何度も繰り返し聴聞してきました。そして、自分とご縁のある方々にもたくさん解説を行ってきて、数十万人に対して 1,000 回近くは解説していると思います。ですから、今回こうして口伝を読み唱えることで、きっと皆さんにも大きなご利益がもたらされるであろうと考えています。

裏表なく私に師事している弟子であるという方々は、ぜひこの法の全ての語義を暗唱できるように努めてください。毎日全ての内容を実践することは難しいかもしれませんが、少なくとも 1 日 1 偈は実践していけるように願いを立てましょう。

・3つの忠言

今回は、一部のラマのありがたい橋渡しによって皆さんと更に関係を深め、法に対する信心や意欲もより高めることができ、全体を通してとても素晴らしい時間を過ごすことができました。私たちはもうじきお別れしなければなりません、ここで私から皆さんに3つの忠言を贈りたいと思います。

1つ目の忠言：

皆さんは仏教徒であるからには、ご家族やご友人など自分とご縁のある方々にも、仏法によって利益をもたらしていくべきだと思いますし、可能であればその方々を仏門に導いていくべきだと思います。その理由はこれまでに何度もお話ししてきましたが、私について言えば、私が今回の欧米巡行を決意したのは、決して富や名声などのためではなく、たとえほんのわずかでも仏の教えによって欧米諸国の方々に何らかの利益をもたらすことはできないだろうかと考えたからです。ですから、私の思いに皆さんが賛同してくださるのであればとても嬉しく思います。

仏法は、正しい理論を用いて考察することで法の正しさを証明することができるだけでなく、先代のラマたちをはじめとする多くの人々がその実体験を通じて法の正しさを証明しています。たとえ仏法を 100 年間分析し続けたとしても、どんどん素晴らしいものであると感じ、どんどん好感を持てるようになり、

ナパバレー

どんどん喜ばしい気持ちになっていくことはあっても、それが真実ではなく信頼できないものであると感じる点が見つかることはないでしょう。

私たちは今世で人の体を得ることができましたが、人の体は来世で何度も簡単に得られるものではありません。それほど貴重な人の体を得ている今こそ、その素晴らしいご縁を正法に役立てていくべきです。正法の修行を行わなければ、人の体を得た意味もあまりありません。それはまるで心臓のない体のようであり、まるで黄金の州へ行ったのに、黄金を取らずに手ぶらで戻って人々に笑われるようなものです。

もし今世で正しい道に進みたいと思うのであれば、仏教を学ぶことは悪くない選択肢であると思います。仏教を学ぶということは、ただ単に帰依すればよいというわけではありません。常に仏に対して真摯に祈願し、ラマや僧侶などに敬い仕え、善を為せば幸せを生み、不善を為せば苦しみを生むという因果応報の法則を深く信じて疑わないような人こそが真の仏教徒と言えるのです。

2つ目の忠言：

仏教の真の核心は慈悲ですから、生きとし生けるもの全てが幸せになり、苦しみから離れることを願う慈悲心を日頃から努めて修習していきましょう。慈心と悲心を心に起こすことができれば、今世では世間と出世間のあらゆる善い願いが意のままにかない、究極的には一切智の仏の境地を得ることが出来ます。これほどの功德があるのですから、できる限りを尽くして何度も繰り返し修習していくべきです。

3つ目の忠言：

常日頃から光り輝くゾクチェンの修行に専念していきましょう。なぜなら、教えにはある程度の盛衰があるものですが、現在、ゾクチェンの教えは総体的に見ても大変栄えていて、衆生に利益を与えることのできる絶好の時期にあるからです。特にアメリカについてお話しすると、他のどんな教えもなかなかここまでのご利益をもたらすことはできないと思いますので、全ての衆生に必ず大きな利益をもたらすことができる唯一無二の教えはゾクチェンの法に他ならないと私は思っています。



ナパバレー

遠近の縁起から見れば、アメリカでは約 30 年前からゾクチェンに端を発してチベット仏教の教えが広まりましたが、今ここにいる皆さんにとってもゾクチェン以上に修行に適した教えは存在しないでしょう。なぜかという、皆さんのラマの修行の核心にあるものもゾクチェンですから、皆さんがゾクチェンの解説を必要とするのであれば、経験豊富で修行にも習熟していらっしゃるラマにいつでも頼ることができますし、皆さん自身もすでにこの法に強い信心を抱いていますので、この法を修行することできっと大きなご利益を得られるからです。

私はチベットにいる幾千、幾万もの弟子たち、ひいては自分の心臓のように大切な心の弟子たちにさえ、ゾクチェンの法を今回のように広く伝授したことはありませんでしたが、今こうして出会ったばかりの皆さんに全てを包み隠さずお伝えしているのは、この法がきっと現在と未来のアメリカの人々に大きなご利益をもたらすであろうと考えているからです。ですから、私は皆さんがこの法の修行に打ち込んでいくことを心から願っています。



忘れられないお別れ

法会の最終日である7月18日の午後、法王はテルチェン・レーラプ・リンパの長寿灌頂 (tshe dbang) の儀軌である『義灌頂—甘露の群雲—』(don dbang bdud rtsi'i sprin phung) に従って長寿灌頂を伝授された後、アティ・リンでの法話日程の円満を祝して大規模なツォを催行されました。その際、大徳たちは貴重なマンダラと大きなトルマ (gtorma) を捧げ、5人のアメリカ人女性は体に五部のダーキニーの服 (mkha' 'gro sde lnga'i sku chas) を着用し、頭に五仏宝冠 (rig lnga'i dbu rgyan) を被り、5色のカタを用いて金剛舞踊 (rdo rje'i bro gar) を踊って法王のご長寿を祈願し、4つの道場を代表してチャクドゥ・リンポチェが法王に謝辞を述べられました。



ナパバレー



法要が終わると、大勢の人々が別れを惜しむ中、法王は手をお振りなつてその場を後にされました。多くの人々が涙を流して拍手をしながらお見送りをしていて、拍手の音は長らく鳴り止みませんでした。一般に西洋の方々は理性的で冷静な印象がありますが、きっと法王が伝授された深遠な要訣が彼らに想像を超えたご利益をもたらしたからこそ、多くの人々が法王とのお別れを惜しんでいたのだと思います。

ナパバレーでのスケジュールはとても過密で、法王は毎日のように灌頂や法話を行われ、空き時間にはラ



マ・ムンツォが灌頂を伝授したり、ケンポ・ナムドルと私が補修や質疑応答を行ったりしていたため、毎日午前も午後も予定がぎっしりと詰まっていたのですが、それらの詳しい出来事については本書では割愛させていただきます。



私にとっては、ラマと共に海外で弘法活動を行い、様々な文化や風習の違いに触れることができただけでも大変な幸せでしたが、今回はそれ以上に、得難い貴重な灌頂、手引き、口伝をたくさん授かり、特に『チェツン・ニンテイク』と『仏を手中に授ける』における共通しない特別な要訣を授かることができましたから、1人の修行者としてこれ以上に貴重な体験はありませんし、これでいつ死んでも悔いはないとさえ思えました。



ナパバレー

時を超えた記憶

ナパバレーでの 10 日間にわたる法王の弘法活動を通じて、多くのアメリカ人の方々が心の本性に対する異なる程度の認識を得ることができ、また法王の不可思議なご加持を心に感じているようでした。当時から 30 年経った今も、彼らは法王のお話をする時にいつも強い信心をあらわにします。

当時法王に朝食を作っていたロン・ヒル (Lon Hill) は、次のように語っています。

私は当時仏教を学び始めたばかりで、仏教についてほとんど何も知りませんでした。そのような中で法王御一行の朝食作りを任されたので、正直とても緊張していたのですが、大変光栄にも感じていました。

私は特に法王が伝授してくださった心の教えが大好きです。この教えはとても明快で分かりやすく直接的で、心の中に染み渡ってきます。私はこの教えを修行するたびに、この世に生きる意味は法を修行することに他ならないと感じるのです。

特に『文殊静修ゾクチェン』のグルヨーガは大変特別な法で、このグルヨーガを実践するたびに、まるで法王に直接お会いしているような気分になります。

また、カメラマンを務めていたジョン・スウェアリンジェン (John Swearingen) は、当時体験した出来事について次のように語っています。



現在のロン・ヒル

当初、私は法王についてほとんど知りませんでした。実際に法王のお姿を目にすると、法王のご経歴について多くを知らなくても、特別な人物であることを感じることができました。私たちの世代は特に合理性を重んじる傾向があるのですが、法王のような成就者のご加持のお力を合理的に説明することは難しいと感じました。

私はカメラマンとして、法王が灌頂を終えられて人々にご加持をなさっている 30 分間、カメラのそばに立って法王を見つめており、時にはレンズ越しに、時には直接法王の様子を拝見していました。前を歩く人々に時々視界を遮られることはあっても、法王を見つめる私を妨げる人はいませんでした。私はその時、まるで法王以外この世界に存在していないような神秘的な感覚に包まれました。今も法王の強いご加持は私の心に存在しています。



現在のジョン・スウェアリンゲン

この『文殊静修ゾクチェン』は私の修行の日課には入っていませんが、この小さな教本はいつも持ち歩いていて、時々取り出して復習したり、少しですが修行したりしています。私が知る限りですが、当時この教えを授かった法友の中には、その後もずっとこの教えの修行を続けている者もいます。

続けて彼は、ある驚くべき出来事について次のように語りました。

ある日、法王のご加持を受けようと多くの人がペット連れて道場に来ていたのですが、法王のご到着を待つ間に、ペットの犬や猫が喧嘩を始めてしまったのです。動物たちは互いに一歩も譲らずに挑発や牽制の鳴き声を上げていて、拳句の果てには取っ組み合いや噛み合いが始まってしまい、私たちはどうすることもできずにいました。

ナパバレー

誰もがそろそろ心配になり始めていたその時、ご到着された法王が威厳のあるお声で一言叫んだ途端に、直前まで鳴き声を上げて暴れ回っていた犬や猫たちはまるで何事もなかったように静まり、ウサギのようにおとなしくなったのです。これは私にとって最も印象的な出来事でしたし、その場にいた多くの人が今でもこの不思議な出来事を覚えています。

リクジン・リンへ移動

7月19日の午前、ナパバレーでの弘法活動を終えた私たちはアティ・リンを出発し、車で3時間かけてリクジン・リンへ移動しました。ここはチャクドゥ・リンポチェが開いた仏教道場で、草木に囲まれた閑静な環境はとても居心地がよく修行にも適しており、特に裏山の森にたくさんのリトリート用の小屋が建てられているのが印象的でした。

その日の午後は法王が休憩をお取りになられたので、私は青海省のラマたちに案内してもらいながら道場周辺の景色を見て回り、芝生の上に座って雑談をしたり、写真を撮ったりして過ごしました。

そして夜になると、法王は道場の皆さんに『縁起除障法』の灌頂を伝授されました。





翌朝（7月20日）、法王がリクジン・リンをお離れになる前には、法王のご加持を受けようと多くの人々が猫、犬、鳥などのペットを連れて道場を訪れました。これらの訪問者へのご加持は予定されていなかったことですが、すでに段取りが組まれていたようで、遠路はるばるペットを連れてきて早くから道場で待機している人々もいました。



Wednesday
July 21, 1993

137th Year, Number 29



Weaverville, Trinity County

95971

2 Sections

BUDGET: Approve tax or take big

By SALLY MORRIS
Trinity Journal Reporter

Trinity County supervisors are continuing their deliberations with county department heads and the public this week regarding budget reductions for the 1993-94 fiscal year.

They hope to approve a final budget this Friday.

Expenditure needs have been adjusted daily as tentative decisions are made regarding services and personnel, and the board has taken action to reduce some of the 30 positions targeted for layoff in the preliminary budget adopted at the end of June.

Since that time, general fund revenue projections have been increased

by action taken by the board to levy a half-cent utility tax on electricity consumption and telephone use at least until November, when voters will decide whether to ratify it or not. Some other revenue projections have also increased, including the timber yield tax, which is estimated to be up \$100,000 from the original estimate of \$400,000 in the preliminary budget.

At this point, proposed cutbacks still include some reduced hours for general fund employees to equal right days off in the year instead of the 26 days off proposed in the preliminary budget. The highlights of requests for a half percent pay up for the employees affected instead of a 10 percent cut.

A decision is pending regarding the proposed elimination of a two percent salary increase scheduled in December for miscellaneous employees.

Some Funding Restored

The board of supervisors has taken tentative action to restore some of the funding that had been proposed for reduction in parks maintenance, libraries, animal control and the sheriff's department based on the presumption of additional revenue to be provided by voter approval of the utility tax. Should the tax be voted down in November, additional cuts will be required.

The other unknown is whether voters will approve a statewide half-cent sales tax increase that has been es-

timated by Governor Pete Wilson until November. The county's proposed budget includes the estimated sales tax increase for the time the tax has been extended, but another \$143,000 will be available if the voters accept the tax beyond November.

During deliberations last week, the board gave tentative approval to an \$85,000 budget increase over last year's level for the data processing department to purchase computer equipment and fill a vacant programmer assistant position.

By moving forward with the computer upgrade, it is the county's goal to increase assessments, primarily by the auditor, treasurer/tax collector and as-

essor functions. The equipment to be purchased is intended to eventually replace the main frame system for a computer open system accessible to all departments. The equipment purchased this year can be added to later as the funding, immediately approved for the acquisition bill falls about \$70,000 short of what was requested.

"The objective is to spend up your process, simplify them and concentrate on the three officers mentioned to get them working together — less paper pulling and better use of the people you have. We will get more done with less people, more smiles and greater accuracy," said County Administrative Officer Don Beaudoin.

"I hope approve it," he says. "I hope that's the main frame system for a computer open system accessible to all departments. The equipment purchased this year can be added to later as the funding, immediately approved for the acquisition bill falls about \$70,000 short of what was requested."

Supervisors will meet on Wednesday to approve the budget. The board will also take action to reduce some of the 30 positions targeted for layoff in the preliminary budget adopted at the end of June.

Since that time, general fund revenue projections have been increased

Libraries

By MIKE WENNINGER
Trinity Journal Editor

In the end, everybody agreed that the Trinity County libraries should be open at least 40 hours a week and should provide basic library services.

But so far, there isn't agreement on how to pay for that.

The board of Supervisors last Thursday restored the library system's fiscal 1993-94 budget to the request amount of \$148,546. That amount is a 4.5 percent increase from the \$153,507 the libraries spent last year.

The county's preliminary budget would have cut the county libraries from 40 hours to 24 hours, or three days a week, meaning a 40 percent

cut in library services.

The supervisors unanimously approved increasing the budget to the higher level. Board member Ross Burgess, who made the motion, remarked that if the utility tax revenue doesn't materialize, "get a library parcel tax."

(A parcel tax is a white tag collected in the form of a special assessment.)

Supervisor Arnold Whittington commented that ideally approval of the library should not be tied to passage of a utility tax.

Board Chairman Matt Lettifer responded, "If the utility tax doesn't pass, (Continued on page 8)



PE ac'de

The Trinity County supervisors today are reviewing the budget for the county's public libraries.

A recent survey of the employees of public libraries in the county found that 75 percent of the respondents would like to see the county provide at least 40 hours of library services per week.

Supervisor Arnold Whittington said that the county's preliminary budget would have cut the county libraries from 40 hours to 24 hours, or three days a week, meaning a 40 percent

Parks

The public heritage on the Trinity County budget showed that parks are something citizens feel shouldn't be messed with — just the police precinct, libraries and animal control.

Park superintendent John Whittaker, county superintendent of buildings and grounds, was discussing his department's budget with the board of supervisors. It was revealed that Lowden Park in Weaverville and Hayfork Park would get little maintenance and restricted use under the proposed budget.

In fact, the groundskeeper for Hayfork Park, Bill Lancaster, had been removed from the payroll July 1, and it was pointed out that the Lowden Park budget would not even permit electric power during winter months.

Supervisor Ross Burgess insisted that Lancaster should be retained. Supervisor Ross Burgess insisted that Lancaster should be retained. Supervisor Ross Burgess insisted that Lancaster should be retained.

Burgess said he could support one percent increase in the transient occupancy tax (TOT) to help the parks. That raised discussion of whether the TOT should be derived from on a chair tax of funding provision of tourism in the county.

Burgess pointed, "It's fine to advertise and ask people to come to your home, but when they get there and see that it's dry and brown and dirty, they're not likely to stay and spend money."

The proposed budget had allocated funding to the Hayfork Park, compared with the Building and Grounds Department's request of \$18,229. Lowden Park's allocation was \$44,466, compared with a request of \$64,952.

Whittaker said combined budget of \$78,000 for both parks would suffice and would permit retaining Lancaster.

The board approved the sum, but stipulated it would depend on getting new revenue, either from a TOT or increased sales tax, until it is eventually approved by county voters.

On his first trip to the United States, His Holiness Jigmed Phuntsok Lungyang from Tibet visited the Chagdrol Gonpa Foundation's facilities in Junction City Monday. Here he speaks to a group assembled at the facility that helps to preserve Tibetan Buddhism. At right is Chagdrol Gulu Rinpoche, a Tibetan lama who lives at the foundation's headquarters in Junction City. (Photo by Jim Neilson)

Supervisors split 3-2 on imposing utility tax now

By SALLY MORRIS
Trinity Journal Reporter

Trinity County residents will soon be paying a half-cent utility tax on electricity and telephone use following the Board of Supervisors' action last week imposing the tax to help balance the county budget and restore some services and personnel proposed to be eliminated in the preliminary budget.

The board split 3-2 in support of collecting the tax as soon as possible. And in three days, an ordinance implementing the tax was drafted and approved, effective immediately. The board unanimously agreed to put the measure to the voters on the November 2

nd.

It is estimated that the tax will generate approximately \$400,000 in additional annual revenue. However, even if county voters support the tax measure, the revenue generated will not be enough to eliminate the entire budget deficit of about \$600,000. The board is continuing its final budget hearings this week to determine what cuts still need to be made.

Costs \$3 a Month

County Administrative Officer Don Beaudoin has estimated that the average monthly cost of the tax on electricity will be \$3 per household based on an average use of 600 kilowatt hours. He

telephone service users in the county, but includes a provision allowing the board to exempt any class of persons or utility service users from paying the tax. There has been discussion about exempting customers outside the Trinity County Public Utility District from paying the tax, but the ordinance at this time does not include such an exemption.

Other provisions of the ordinance reserve the revenue mostly for local county programs and services, and prohibits the board of supervisors from increasing the rate of the tax in the future without the vote of the electorate. The ordinance will be on the ballot on November 2.

Courthouse

『トリニティ・ジャーナル』(Trinity Journal)に掲載されたリクジン・リンでの法廷の法話に関する記事

法王がペットにご加持をされるのはアティ・リンに続いて2度目でした。アメリカの人々は小さな動物が大変お好きなので、動物たちと家族同然に接し、どこへ行くにも一緒に連れて行くことが多いようでした。一部の大型犬はあまりにも大きくとても凶暴そうだったので、私たちは安全面を考慮して法王に近づけすぎないように気を付けていたのですが、慈悲深い法王はそれらの大型犬に対しても宝髻仏の名号や観音菩薩のマントラなどをお唱えになり、その場にいる皆さんもとても嬉しそうにされていました。この出来事は30年経った今でも、とても楽しく温かい記憶として一部の人々の心の中に残っているようです。

タシ・チューリンへ移動

7月20日の午前、私たちはリクジン・リンを出発し、タシ・チューリンへ向かいました。道中には森林や高山が広がっていて、チベットと少し似ているアメリカ西海岸の風景を眺めていると、とても心地いい気分になりました。

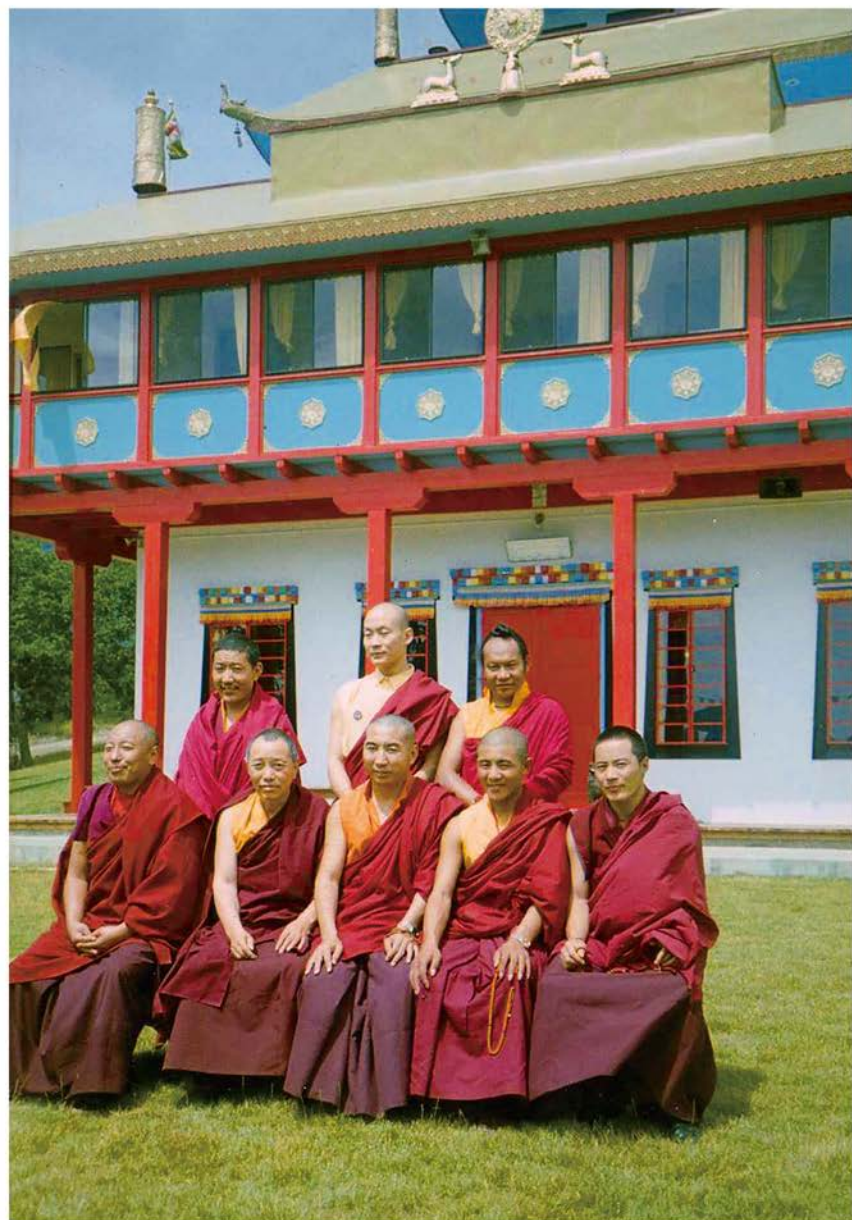


ナパバレー

私にとって一番印象深かったのが、道中で立ち寄った世界的に有名なシャスタ山（Mount Shasta）です。シャスタ山は数百年に一度噴火するといわれる火山で、標高は 4,316 メートル、山頂は常に雪で覆われています。また、アメリカ原住民の方々から万物の起源として崇められており、チベット人にとってのカン・リンポチェ（gangs rin po che、カイラス山）にも相当する重要で神聖な山であることから、多くのヨーガ愛好家や霊的な修練を行う人々の間でとても人気があり、付近には多くの仏教センター、瞑想センター、ヨーガ団体の建物が立ち並んでいました。この地では多くの人々が長年修行を行っていて、神聖な山がまとっている神秘的で力強いエネルギーが、人々の内なる心を落ち着かせるといわれています。法王は途中で車をお降りになってシャスタ山をご覧になり、現地の方からこの山にまつわる神秘的なお話をお聞きになられていました。



その後私たちは移動を再開し 2、3 時間後にオレゴン州南部にあるタシ・チューリンに到着しました。ギャトゥル・リンポチェの主要寺院であるタシ・チューリンでは、チベット仏教のしきたりに則って法王の奉迎が盛大に催され、三宝の所依などが供養されました。また、法王は殿堂や仏像の開光を行われました。





その日の午後、法王は現地の仏教徒の方々のために簡単な法話を行われました。

そして夜は、ドウジョム法王2世が以前行われた金剛薩埵灌頂の録画を、寺院内で法王とご一緒に拝見させていただきました。法王は私たちに「私はかねてよりドウジョム法王にお目にかかりたいと強く願っていましたが、すでにご円寂なされており、今世ではお会いするご縁がなくなりましたので、彼とご縁を結ぶためにも、私たちはこの録画を最初から最後まで拝見し、灌頂の中の復誦も、実際に灌頂を授かっている時と同じようにドウジョム法王の後に続いて読み唱えることにしましょう」とおっしゃいました。

この灌頂はおそらくシッキム地方かインド本土で伝授されたものだと思いますが、その映像はとても鮮明でした。映像を見終えた法王のお姿はまるで本当にドウジョム法王から灌頂を授かっているかのように見えました。

一般には、録画を通して灌頂や口伝を授かっても、それを更に他の人に伝授する資格は得られませんが、一個人の修行の観点から見れば、こうした動画や音声の資料は、特別なご加持を得られるものだと思います。

テントの中の笑い声

7月21日の午前、ギャトゥル・リンポチェは法王にテントを1つお贈りになり、芝生の上に組み立ててくださいました。法王は大変お気に召されたご様子で、「夏にはチベットでも使えますね」とおっしゃっていました。



このテントは一見すると小さく見えるのですが、不思議なことに私たち13人全員が中に入っても混雑することはありませんでした。このテントをご加持するために、法王のご先導のもと私たちは共に『敬愛の祈願文』(dbang sdud gsol 'debs)、舞王九尊(gar dbang lha dgu)のマントラ、黄色のジャムバラ(jambhala、財神)のマントラを読み唱えていきました。法王は読誦の最中に突然「私はなぜ黄色のジャムバラのマントラを唱えたのでしょうか。どうやらこれは特別な縁起を担いでいるようです。私は60歳までは貧しい僧侶でしたが、60歳からはもしかしたら徐々に富に恵まれるようになるということかもしれない」とおっしゃったのですが、確かに法王のおっしゃった通り、その後から法王はどんどん富に恵まれるようになっていきました。

法王はいたずらっぽい口振りで「富に恵まれるのはいいことではありませんか。私の故郷にいらっしゃるジャムヤン(jam dbyangs)というラマは、いつも『諸法は富(rgyu)より生じる』とおっしゃっていました。それは仏が説いた『諸法は因(rgyu)より生じる』という言葉から来ていて、チベット語では富と因



ナパバレー

がどちらも同じ単語 (rgyu) で表されるため、彼はこの言葉を『諸法は富より生じる』という意味に解釈して『法を修行するためには裕福にならなければ！裕福に！』といつもおっしゃっていたのです」と、彼の口調を真似してお話しになるので、私たちはお腹を抱えて大笑いしてしまいました。



その後、法王にヨーグルトが振る舞われると、法王は「ヨーグルトは私がセルシュル（石渠）で学んでいた頃の主食です。今日は良い縁起を担ぐために、お椀によそうのではなく直接皆さんの手のひらに乗せていきますから、皆さんはそのまま手で召し上がってください」とおっしゃったので、私たちも喜びを抱きながら一人ひとり手を伸ばして、法王から手のひらにヨーグルトを分けていただいたのでした。

法王はヨーグルトを召し上がりながらドウジョム法王のお話をしてくださり、「私は極楽浄土に往生しますが、皆さんのうち何人かはドウジョム法王と一緒にグル・リンポチェの銅色吉祥山へ行くことを願っているようです。私と一緒に極楽浄土へ行けば、いつでも皆さんの刹土へ行くことができ、それこそ『極楽誓願』(rnam dag bde chen zhing gi smon lam) の中で『ポタラ、楊柳宮 (aṭakāvati, lchang lo can)、チャーマラ州、ウッディヤーナという、百コーティ

もの化身の刹土で、百コーティもの観音、ターラー (tārā, sgrol ma)、金剛手、パドマサンバヴァにお会いし、海のような供養を捧げ、甚深なる灌頂と要訣を請い、速やかに自分の住む極楽浄土に障害なく行けますように』と説かれている願いの通りになることでしょう。しかし、逆に極楽浄土を訪ねた後に気軽に帰ろうと思ったら、それは容易なことではありません。ケンポ・ナムドル、ギャトゥル・リンポチェ、あなたたちは本当に銅色吉祥山へ行かれるのですか？ 他の人は皆、私と共に極楽浄土へ行きますよ？」とおっしゃるので、テントの中はまた笑いに包まれました。

その後、法王は少し悲しそうに「私はチベットにいた時、本当に今世のうちにドウジョム法王にお目にかかりたかったのです。しかしある時、夢の中である方から『今ドウジョム法王のお心は清らかな刹土へと向けられています。あなたたち2人が今世で出会うことはないでしょう』と告げられたのです。後で知りましたが、リンポチェ（ドウジョム法王）は2、3年の間ほとんどお話しになることがなく、まるでそのお心はすでにこの世界におられないご様子だったそうです。そのお告げの通り、私は今世でリンポチェとお会いすることができませんでした」とおっしゃいました。



ナパバレー

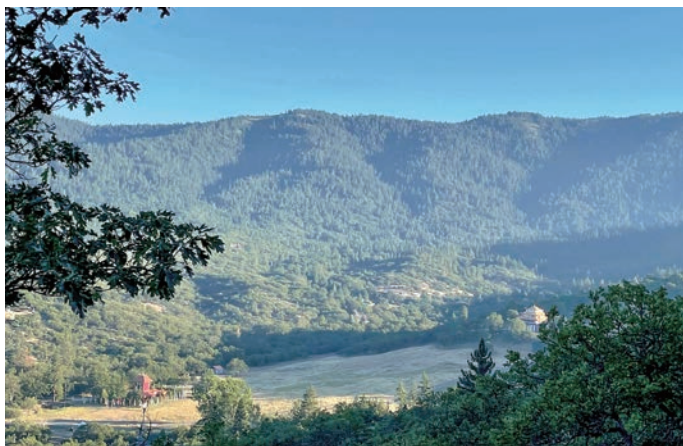
それから法王は突然何かを思い出したように「昨日私たちが見たドウジョム法王の灌頂の儀軌はどなたのテルマですか？」とお尋ねになられ、ギャトゥル・リンポチェは「ドウジョム法王ご自身のテルマだと思われています」とお答えになられていました。

……

このように法王は私たちにいろいろなお話をしてくださって、テントの中からは絶えず私たちの笑い声が漏れ出ていました。その一方で、私はそれらのお話を聞き笑いつつも、テントを眺めながら「帰りにどのようにして持ち帰ろう」と考えていました。なぜなら、このテントは二重になっていたのも重かったのです。

宝瓶を埋めた場所

そのように過ごしていた私たちを寺院の方は車に乗せて、テントからそう遠くない場所に連れていってくれました。そこは平坦な山の斜面で、中央に芝生があり、周囲は森林に囲まれていました。ギャトゥル・リンポチェはその中のある木を指差して、法王に次のようにお話しになりました。



1980年の6月10日、つまりあなた（法王）がラルン五明仏学院を創設したのと同じ日に、ドゥジョム法王はサンフランシスコからアシュランドへいらっしゃったのですが、彼のダーキニーであるリクジン・ワンモ（rig 'dzin dbang mo）、息子のシェンペン（gzhan phan）、トゥルクのペマ・ワンギェル（pad ma dbang rgyal）と一緒に乗りになったヘリコプターは上空からちょうどこの場所に着陸しました。当時は道もなく更地が広がっているだけだったこの場所で、私は宝瓶を持って早々に待機していました。ドゥジョム法王はご到着されると、ある場所を選んで宝瓶を地中にお埋めになり、さっと木の枝を刺してカタを一本かけてから、「ここに建てられる道場で、一部の修行者は虹の体を成就するでしょう」と授記を残し、大地を鎮める儀式（sa 'dul）を行われた後、1、2時間ほどの読経とご加持を終えるとヘリコプターに乗ってお帰りになりました。そして驚いたことに、その時の枝は長い年月を経てこのような大木に育ったのです。



法王もここで読経を行われてご加持をなさいました。

金剛薩埵の像に開光を行う

その日の午後、寺院の皆さんのご懇請により、法王は新しく建てられた金剛薩埵の像に開光の儀式を行われました。ギャトゥル・リンポチェはテルトン・クンサン・ニマ (gter ston kun bzang nyi ma) のとある金剛薩埵のテルマの法主であったため、その縁起を担がれて、この地で一番大きな金剛薩埵



の露天の像をお造りになったのです。像の左側には緑ターラー、右側には白ターラーの像があり、後ろには百字真言の転経器が設置されていました。



法王は像の周りを右廻されて発願を行われ、長い時間をかけて開光の儀軌を読み唱えておられました。その日は日差しが強く、白い花々が燦々と咲いていて、法王は「アメリカにこのような素晴らしい三宝の所依が建てられたことで、きっと多くの人々にご利益がもたらされるであろう」とおっしゃって大変喜んでおられました。



生死の要訣

その日の夜、法王はアシュランドのユニテリアン教会を訪問され、皆さんからのご要望に応じて往生法（'phoba, ポワ）についての解説、長寿灌頂の伝授、長寿の儀軌の読誦を行われました。一般に、往生法の読誦方法についてご存じの方や、長寿灌頂を得たことがあるという方はきっとたくさんいらっしゃると思いますが、それでも後世の人々に法王の教えをお伝えするため、以下に当時の法王のお言葉をありのままに記します。

今、私たちは有暇円満を兼ね備えた人の体という得難い宝物を得ることができました。そして、人の体を得られただけでなく、法相を兼ね備えた善知識のラマにも出会うことができました。更に、ラマに出会えただけでなく、ラマのもとで広大な教法を授かることができるという素晴らしいご縁にも恵まれてい



ます。しかし、このような暇円満を兼ね備えた人の体は永遠に続く堅固なものではなく、必ず死が訪れ、いつ死ぬかは分からず、何によって死ぬかも分からないという性質を持っています。ですから、私たちはこのことを何度も心に馴染ませて、今世のどのような物事に対しても執着や貪りを持たないようにすべきです。死ぬ時には、財産や享受、権力や地位、名誉や威望、家柄や美貌といったものは何一つとして役に立ちません。誰一人として自分についてきてくれる人はいませんし、一口の食べ物でさえも死ぬ時には持っていくことができず、誰もがその身一つで見知らぬ世界に旅立たなければならぬのです。その時に必ず利益をもたらしてくれるものは正法であり、必ず危害をもたらすものは悪業です。ですから、今からその利害をきちんと認識しておくべきですし、誰であれ自由のある今のうちに善を積んでおくべきなのです。

皆さんの多くは7日間のうち2日間しか休日がないと思いますが、その2日間をきっとほとんどの方が、歌ったり、踊ったり、お酒を飲んだりといった娯楽を様々に楽しんで過ごされるのではないのでしょうか。しかし、もし今世にとらわれて善を積むことをおろそかにしていたら、きっと死ぬ瞬間に拳で胸を打ち、地団駄を踏み、顔中を涙で濡らして深く後悔することになるでしょう。その時に善を1つも積んでいなければ、それこそ本当に自分で自分を欺く大の裏切り者となってしまいます。ですから、今世の物質的な財産に過度な執着を持つことなく、自分で自分を守るよう、できる限りを尽くして清らかな善法の修習に努めていくべきなのです。

世界には今世と来世に利益をもたらすことができる宗教も多く存在しますが、その中でも仏教はひとときわ優れていて、それは教典の言葉と理論的な考察、そして修行による実体験により証明することができます。そして、仏教には多種多様な修行方法がありますが、その中でも特に修行しやすく、絶大な功德を備える 1



つの修行方法があります。それは、一心に阿弥陀仏に祈願し、死後すぐに極楽浄土に往生するための方法に精進することであり、これこそが仏教の精髓だと言っても過言ではありません。ヒンズー教やキリスト教などの仏教以外の宗教の修行者たちがこの法門を修行したとしても、罪にならないばかりか、むしろ果てしないご利益を得ることができまじし、各宗教で説かれている成就ももちろん遂げることができるでしょう。これは最終的に素晴らしい願いをかなえるための理想的かつ絶好の方法ですから、宗教の違いによって偏見を持つことなく、一人ひとりが阿弥陀仏に祈願し、極楽浄土へ往生する願いを起こしていくべきであると私は考えています。

・往生法

ですから今回皆さんには、守護者阿弥陀仏に祈願し、極楽浄土に往生するための正道をお伝えしようと思います。

まず「阿弥陀仏と菩薩たちに対し、今この時から究極の仏の境地を得るその時まで帰依します。私の積んできた善根の力によって、虚空に等しく存在する一切衆生が極楽浄土に往生できますように」と願いながら私に続いて次のように読み唱えて、帰依と発菩提心を行ってください。

仏、法、聖衆に対して、

菩提に至るその時まで、私は帰依します。


私が、布施などを行う福德により、

衆生を利するために、仏の境地を成就しますように。

そして、ここは西方極楽浄土そのものであり、自分の体も不浄なる凡庸な体ではなく、本体はダーキニーのイエシェ・ツォギャルであり、外観はヴァジュラヨーギニーのお姿として現れていると観想します。ヴァジュラヨーギニーのお体の色は赤く、1つのお顔と2つの腕があり、右手は曲刀を、左手はカパーラを持ち、踊るような姿勢で立っていると鮮明に観想していきます。そのお体の中央には、空虚で清らかな (stong sang) 中央脈管 (rtsa dbu ma) があり、




ナパバレー

矢竹ほどの太さで、上端は頭上の梵穴に向かって開いていて、下端はへその下に向かって閉じています。胸部には継ぎ目があり、その上には淡い緑色の風の滴があり、風の滴の上には自分の心または意識を表す赤いフリーヒの字（、hrīḥ）があります。風の滴は風の力によって上に吹かれ、今にも飛び立って消えてしまいそうになっています。そして、自分の頭部より一肘ほど上にある空中には、守護者阿弥陀仏と菩薩たちの群れが鮮明に目の前に現れていると観想します。

これらの内容をチベット語で読み唱えると次のようになります。

エマホー

自ら現れ自然成就する、清らかで広大な、
莊嚴が完成された極楽浄土で、
あなた自身の体はヴァジュラヨーギニーであり、
顔は1つ、腕は2つで、赤色を帯び、ナイフとカパーラを持ち、
2つの足は踊る姿勢で、3つの目で虚空を見えています。

彼の体内には中央脈管があり、
矢竹ほどの太さで、
空虚で、清らかで、光り輝いているその管は、
上は梵穴に向かって開いていて、
下はへその下に入っています。
胸部の継ぎ目の上にある、
淡い緑色の風の滴の中央には、
識が赤いフリーヒの文字（、hrīḥ）としてはっきりと現れています。
頭頂より一肘ほど上にあるところに、
円満な相好を兼ね備えた
無量光仏のお体がはっきりと現れています。

続いて、頭上に観想した守護者阿弥陀仏に一心に信心を起こし、ただちに自分の心が守護者阿弥陀仏のお心に溶け込んでいくように、ご加持を乞い願う気

持ちで一心に祈りを捧げていきます。私がこれから皆さんの代わりに阿弥陀仏の名号を唱えていきますので、皆さんも私が読み唱えるのを聞きながら、阿弥陀仏に真摯に祈りを捧げてください。

如来、応供、正遍知、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、仏、世尊である無量光に礼拝し、供養し、帰依いたします。

エマホー

自ら現れた密厳浄土において、
百の信心という虹の天幕が垂れ込める領域にて、
非凡なる純粋なお体で、
吉祥なる無量光仏を本体とした、
全ての帰依処を一身に集めた根本ラマに、
信心と敬慕と希求の気持ちをもって祈願いたします。
往生の道に習熟するようご加持ください。
密厳浄土へ行けるようご加持ください。
法身仏の境地に至りますように。



続いて、私がフリーヒ (hrīḥ) と5回唱えるのに合わせて、皆さんの胸の中心の淡い緑色の風の滴の上にある、自分の心を表す赤いフリーヒの文字が、風の力によって上へ上へと吹き上げられていきます。それが頭頂部に到達すると同時に私が「ヒク」(hik)と唱えるので、皆さんは自分の心がそ

の瞬間に阿弥陀仏のお心へと溶け込んでいくと観想してください。

2回目には、まるで気泡が水の中から現れるかのように、心の中にまた淡い緑色の風の滴が現れて、それも5回フリーヒと唱えるのに合わせてどんどん上

ナパバレー

へと吹き上げられていき、ヒクと唱える力によって、心が阿弥陀仏のお心に溶け込んでいくと観想します。3回目も同じように観想していきます。

フリーヒ、フリーヒ、フリーヒ、フリーヒ、フリーヒ、ヒク (3回)

続いて、私が「パット (phaṭ)」と5回唱える力によって、皆さんは無量光仏の五身である法身、報身、化身、不変金剛身、現前菩提身の法界へと印持され、永遠に阿弥陀仏と不可分になります。このように観想しながら、私が読み唱えるのを聞いてください。

パット、パット、パット、パット、パット

そして、頭上におられる守護者阿弥陀仏が光となって自分の体へ溶け込んでいくと観想します。

・長寿灌頂

自分が一瞬にして長寿仏となり、体の色はパドマラーガ (padmarāga、赤い宝石) のように赤く、報身の服飾によってその身を飾っていて、定印を組んだ両手の上には不死の甘露で満たされた宝瓶を持ち、両足は結跏趺坐していると鮮明に観想してください。

フーム、フリーヒ (hūṃ hrīḥ)

世尊にして守護者である無量寿、

お体の色は赤く、報身のお姿で現れていて、

手には長寿の瓶をお持ちになられているお方よ、

秘密のお心の仏龕 (ga'u、ガウ) から

真髓のマントラであるアユ (ṛy, a yu) をお授けになり、

お見守りください。金剛の寿命を得ることができますように。

ああ、三世の諸仏の本体にして、

衆生を余すことなくお導きになる優れた商人、



ウッディヤーナの守護者たる持明者無量寿よ、
守るべき身口意をご加持し、
不死の金剛の寿命という悉地をお授けください。

オン・ナモー・バガヴァター・アパリミタ・アーユルジュニャーナ・ス
ヴィニシュチタ・テージョーラージャーヤ・タターガターヤ・アルハター・サ
ミャクサムブッダーヤ・タディヤター・オン・プニェ・プニェ・マハー・プ
ニェ・アパリミタ・プニェ・アパリミタ・プニェ・ジュニャーナ・サムバーロ
パチター・オン・サルヴァ・サムスカーラ・パリシュッダ・ダルマター・ガ
ガナ・サムドゥガター・スヴァバーヴァ・ヴィシュッデー・マハー・ナヤ・パ
リヴァーレ・スヴァーハー



フーム (hūṃ)

近侍し達成する (bsnyen cing bsgrubs pa) マンダラのイダムの群れが、
大悲の威力と肩を並べ、
使者の光を標幟によって放出し集めることにより、
所縁の寿命の衰えと離散を奪い去り、
輪廻と涅槃、器世間と有情世間の寿命の精髓が全て
光の滴の文字の姿として招き出されて
自分に染み込むことで光が燦然と輝きを増し、
優れた不死の金剛寿を成就しますように。

オーン・ヴァジュラ・アユセー・フームジャ・チェーブルム・ユブルム・ユ
チェー・アパナイェーブルム

オーン・ナモー・バガヴァター・アパリミタ・アーユルジュニャーナ・ス
ヴィニシュチタ・テージョーラージャーヤ・タターガターヤ・アルハター・サ
ミャクサムブッダーヤ・タディヤター・オーン・プニェ・プニェ・マハー・プ
ニェ・アパリミタ・プニェ・アパリミタ・プニェ・ジュニャーナ・サムバーロ
パチター・オーン・サルヴァ・サムスカーラ・パリシュッダ・ダルマター・ガ
ガナ・サムドゥガター・スヴァバーヴァ・ヴィシュッデー・マハー・ナヤ・パ
リヴァーレ・スヴァーハー

最後に、この長寿の丸薬 (tshe ril) と長寿の甘露 (tshe chang) を皆さんにお配りしますので、各自で少しお召し上がりになり、守護者長寿仏とご縁を等しくする不死の長寿の悉地を得たと観想してください。

オーン (om)

体の体が体へ溶け込み、五蘊によく溶け込みます。

アー (ā)

言葉の言葉が言葉へ溶け込み、優れた舌根に溶け込みます。

ナパバレー

フーム (hūṃ)

心の心が心へ溶け込み、自生の智慧が意に溶け込みます。

昼が吉祥であり、夜が吉祥であり、
日夜が常に吉祥であることによって、
縁ある者たちに吉祥がもたらされますように。
太陽と月の真髓が明らかになりますように。

エマホー、長寿仏のご加持と、近侍と達成を極めたこの力によって、
404種の病、8万の魔障、91種の突発、8種の横死など、
逆境や寿命の障害を、余すことなく払い静めますように。

マラティカ洞窟 (brag phug ma ra ti ka'i ke'u tshang) で、
不死の寿命の持明を成就された時に、
守護者長寿仏のご加持によって、
不生不死の金剛の体となった
不死のペマ・ジュンネよ、吉祥をもたらしてください。

オーン・アーハ・フーム・ヴァジュラ・グル・パドマ・シッディ・フーム

以上が、修行することなく成仏することができる往生法の手引きと、あらゆる不慮の死から逃れることができる守護者長寿仏の灌頂です。

これらの善をはじめとする三世において集積した善根を全て集めて、一切衆生を仏の境地に至らしめるために廻向と発願を行いましょう。次のように一緒に読み唱えてください。

この福德によって一切見者 (thams cad gzigs pa) となり、過ちの敵が敗れ、
生老病死の波に満ちた有海 (srid pa'i mtsho) から衆生が解脱しますように。

オーン・イエー・ダルマー・ヘートゥプラバヴァー・ヘートゥム・テー
シャーム・タターガト・ヒャヴァダト・テーシャーム・チャ・ヨ・ニローダ・
エーヴァム・ヴァーディー・マハーシュラマナハ・スヴァーハー



この場所が日中において吉祥であり、
夜間において吉祥であり、昼にかけても吉祥であり、
日夜常に吉祥でありますように。
三宝よ、ただちにお授けください。
徳を備えたラマよ、ただちにお授けください。
イダムの本尊よ、ただちにお授けください。
護法神よ、ただちにお授けください。
土地神よ、ただちにお授けください。
鬼神よ、どうかここにご来臨し、
地上に住む者であれ、空に住む者であれ、
9つの生まれの者（skye rgu、衆生）たちを常に慈しみ、
昼も夜も法を行いますように。

これは敵に打ち勝った真の勝者が
お説きになられた真実の言葉であり、嘘はありません。
その真実によって、ただちに吉祥がもたらされますように。
今この瞬間に、大いなる恐怖から解脱しますように。

今この瞬間に、ヨーガ行者である私たち師弟、施主、人や動物の眷属たちを
含める全ての者たちが、まるで太陽や月が敵対する惑星の災いから脱している
ように、魔物、障害、逆境の全てに打ち勝ち、吉祥がもたらされますように。

ナパバレー

ジャヤ・ジャヤ・スジャヤ (jaya jaya sujaya)、ジャヤ・ジャヤ・スジャヤ、ジャヤ・ジャヤ・スジャヤ。打ち勝ちますように、打ち勝ちますように、打ち勝ちますように、大いなる勝利を遂げますように。

不思議な掛け声「パット」

法王が往生法の実践指導を行われることは私たちにとってはごく一般的な出来事でしたから、私は7月21日もいつも通りの法会だと思っていたのですが、今回思いがけないことに、当時の参加者の方々へのインタビューで、その日の法会で法王が唱えられた「パット (phat)」という掛け声が、一部の方にとって長年経った今も忘れられない出来事となっていることを知りました。

秘書でありマッサージ師でもあるケイ (Kay) は、その日のことを次のように語っています。

法王がユニテリアン教会で行われた法会は、直前になってようやく告知されたにもかかわらず、大変多くの人が集まっていました。上の階と下の階を合わせて250席ある教会の座席が満席となったため、立ち見で参加していた人もいたほどでした。その日、法王は長寿灌頂の伝授と、往生法と一緒に修行する実践指導を行ってくださいました。

往生法の修行の終盤に法王が発せられた数回の掛け声は、私の想像をはるかに超える力強いお声で、今でも忘れられない記憶に残る体験となりました。あの日から20年以上も経っていますが、私の周りにはたびたび「1993年にユニテリアン教会で法を伝授してくださったラマ (法王) を覚えていますか？ 私はいつまでもラマが発したあの掛け声を忘れることができません」と話す人がいました。

また、法王のために車を運転して下さったことのあるハワイ人のスパン (Span) は次のように語っています。

法王が長寿灌頂を伝授してくださった時、私はちょうど下の席に座って聞いていたのですが、法王が「パット」と叫ばれた瞬間に、私はまるで自分の分別念が全て消え去って法性に溶け込んだような気持ちになり、その後どれ位の時間が過ぎたのかもよく分からない状態でした。私は生涯を通してあの時のような体験をしたことは一度もないと誓います。



イエシェ・ニンポ・オギエン・ドルジェ・デンでの法話

7月22日の朝、私たちはタシ・チューリンを出発し、車に6時間余り乗ってサンフランシスコのイエシェ・ニンポ・オギエン・ドルジェ・デンに移動しま



ナパバレー

した。そこはギャトゥル・リンポチェがサンフランシスコの中心部に開いた仏教道場で、道場の名称はドウジヨム法王が命名されたそうです。ドウジヨム法王の道場の名称には「イエシェ・ニンポ」(ye shes snying po) という言葉がよく用いられていました。

道場はそれほど広くはありませんでしたが、東洋と西洋の仏教徒の方々がたくさん訪れていて、法王はここで帰依戒と『智慧薩埵文殊』(jñānasattva mañjuśrī, 'jam dpal ye shes sems dpa') の灌頂を伝授されました。

7月23日、法王がサンフランシスコ空港へ向かうにあたり、アメリカの仏教徒の方々が、法王の気高さを表現したいという気持ちと法王に心からの感謝を伝えたいという思いから、ロールス・ロイスのリムジンを手配してくれていたため、私たちはリムジンに乗って空港まで移動することになりました。リムジンにはテレビや電話が備え付けられていて食べ物も用意されていました。



空港に到着後、私たちは飛行機でワシントン D.C. へ向かい、ナパバレーでの弘法活動は幕を閉じたのでした。







khenposodargye.org

お問い合わせ：japanteam@khenposodargye.org



ཡི་གེ་རྟེན་ལྗང་རྒྱ་རྒྱ་ལ་འདི་དཔེ་ཚའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཚའི་ཅི་ཅི་འདྲར་
བཞག་མཁུང་ཉེས་པ་མི་འཕུང་བར་འཇམ་པ་དཔལ་ཚུ་རྒྱུད་ལམ་གསུངས་སོ། །