

**戒の波羅蜜**

戒波羅蜜（戒の完成）について

ヴィダーナー撰義は、「過失・功德の二種類を思惟することと、[自]体と区別と、区別個々の自相（定義）と、増長と清浄にすることと果と[-これら]七つの義により、戒の波羅蜜は包摂されている。」というのです。

Reflection on the faults and virtues, Definition, classification, Characteristics of each classification, Increase, perfection and Result-These seven comprise the perfection of moral ethics.

\* 語義

引用：石田瑞麿『仏教語大辞典』

○戒 (Moral Ethic) 悪を止め、善を修行する行いを慎むための戒めをいう。

その規則を守ること・誓うことによって、仏教徒の一員となるものとする。

◆ドルズィン・リンポチェの御法話より

引用：協会 HP・御法話・「六波羅蜜」文書

「戒律」とは、「断ずるべき罪を断じ、達成すべき善を達成する」ことです。やめるべきこととやるべきこととは、この「戒律」によって成就することができます。

**【疑問】「戒」と「戒律」の違いとは？**

戒律は、「つつしみ。人間完成への修行生活の規則。一般的には、道徳的な得を実現するための修行上の規範」。

戒は、「規律を守ろうとする自発的な心のはたらき」という意味もあることから、どちらかという、個人が心して行う意味合いが強く、戒律は、仏教徒としての規律を示したものであるということでしょうか？

【参考資料】日本ガルチェン協会 翻訳者ノート5「戒について」

チベット仏教の戒について書いてくださっていますので、参考にされるのはいかがでしょうか？

**戒を具えていないことの過失と具えていることの功德**

そのうち、第一を説明するなら、施しを具えていても、戒を具えていないなら、彼は、天・人の[例えば]清浄であるような身体の円満を得ないのです。そのようにまた『入中論』に「人が戒の脚が折れたなら、施しにより資材を持っても、悪趣に墮ちる。」と説かれています。

また、戒を具えていないなら、正法と出会わないのです。そのようにまた、『持戒経』に「眼が無くては色は見えることにならない。同じく戒が無いなら、法は見えない。」と説かれています。

また、戒を具えていないなら、三界[すなわち]輪廻から解脱しないのです。そのようにまた『同経』に、「脚が無くてなぜ道に出発できるでしょうか。同じく戒が無いなら、解脱しない。」と説かれています。

また、戒を具えていないなら、仏の道が完備していないので、無上の正覚を得ないのです。

それとは逆に、戒を具えているなら、身体の円満を得るのです。そのようにまた『聖撰』に「戒により多くの畜生の趣の[自]体と八難を捨てる。それにより有暇を常に得る。」と説かれています。

また、戒を具えているなら、楽・善すべての所依ができたのです。そのようにまた『親友書簡』に、「戒は動と不動の[生物と非生物すべてを支える]地と同じく、功德すべての依処であると説かれています。」と説かれています。

\* 語義

引用：石田瑞磨『仏教語大辞典』 中村元『佛教語大辞典』

○資材 財産・資産・寺の財産

○悪趣 この世で悪いことをした者が、死後におもむく世界（地獄・畜生・餓鬼を三悪趣という）

○趣 来性に赴くところ。衆生が自己の業によって得る生存の状態または世界。

○八難 仏教修行の妨げとなる8種の障碍 \* 翻訳者ノー28 丸山さんの資料を参照させていただきました  
地獄・餓鬼・畜生と野蛮人、長寿天と、邪見、仏が欠如していること、聾

○所依 よりどころ、根拠、よりどころとなっているもの

○不動 乱れないこと。信念や考え、または、精神が安定していること。

#### 【疑問】「戒の脚が折れたなら」の意味・捉え方について

☆「人が戒の脚が折れたなら、施しにより資材を持っても、悪趣に墮ちる。」

（人間の脚のように）戒は大切なもの、それを守らなかつたら・・・という意味でしょうか？

Even if one achieves wealth through generosity,

The being who breaks his leg of moral ethics will fall to the lower realms

また、戒を具えているなら、良き田地と似ています。それに依って功德の収穫すべてが増長することになるのです。そのようにまた『入中論』に「功德が戒の田において増長したなら、果の受用は中断なくなる」と説かれています。

また、戒を具えているなら、多くの等持（三昧）の門もまた生じます。そのようにまた『月灯[三昧]経』に「煩惱無き等持を速やかに得る。これが、精浄な戒の益です。」と説かれています。

また、戒を具えているなら、何でも立てた誓願が成就するのです。そのようにまた『父子相見経』に、「精浄な戒を護ることにより、誓願すべてが成就することになる。」と説かれています。

また戒を具えているなら、正覚を成就することはたやすいのです。そのようにまた『同経』に「浄戒は益することが多いから、正覚を成就することは全く難しくない。」と説かれています。

それなどの功德があるのです。すなわち、『持戒経』に「戒を具えている者は、仏陀の出現と出会う。戒を具えている者は、莊嚴すべての最上です。戒を具えている者は、喜びすべての依処です。戒を具えている者は、世間すべてが讃えます。」などと説かれています。

\* 語義

引用：石田瑞磨『仏教語大辞典』 中村元『佛教語大辞典』

○等持（三昧）心の平等で安定し、ひとつの対象に向かって集中すること。

○清浄 清らかで汚れが無い事 煩惱や悪行が無く心身の清らかなこと

○正覚 正しい仏のさとりのこと

○浄戒 仏の定められた戒。悪を制する。五戒・十善などその戒。

○戒を護る

#### 【疑問】「護る」と「具える」との違いは何なのでしょう？

「具える」英訳では「have」 When you have moral ethics

「practice」 Without the practice of moral ethics

修行する（丸山さん担当の「施の六波羅蜜」より引用）

「護る」英訳では「keep」

精浄な戒を護ることにより、誓願すべてが成就することになる。

For one who keeps pure moral ethics, All aspiration prayers will be accomplished  
you will accomplish everything for which you have said aspiration prayers.

「インドのナーガールジュナ（2世紀）は、『戒律は、大地のようなものである』と説かれました。

『戒律は大地のよう』と言うのは、私たちは大地を耕すことによって野菜や米などを作ることができます。また、そこに家を建てることもできます。大地があつてこそ人は歩くこともできますし、木や花や草といったいろいろな植物が育つことができます。すべては大地によって可能です。反対に、大地に依らなければ何もできません。海にいくら種をまいても植物は生えてきません。海を耕しても植物を作れないし、家を建てたととしても流されてしまいます。大地があれば、何でもすることができますのです。

私たちの戒律は大地と同様です。戒律があることによって、善を行い、それが増えていくのです。」

～中略～

今生で「戒律」を護ることによって、結果として来生は「善趣」（ぜんしゅ）と呼ばれる天・阿修羅・人という恵まれた境涯に生まれることができます。これらは、「戒律」をよく護った結果として得られます。

先日、「人に生まれる、人身を得ることは非常に難しい」という話がありましたが、人の境涯を受け、そして究極的には仏の境地を得ることは「戒律」によって可能となります。善趣、人に生まれることがどうして可能だったかと言えば、「戒律」を護ったからです。「戒律」を護ることによって、一時的には人に生まれ、善趣に生まれて、究極的には仏の境地を得ることができるのです。

人にもいろいろな人がいます。たとえば、性別に関わらずとてもかわいい人、きれいな人、見ただけで好ましい人がいます。その人たちは、戒律を護った結果としてそうした現れになったのです。見た目のきれいさや、芳しい体臭、人が喜び、きれいに見えるというのは、その人が戒律を護ったからです。

我々が人に生まれたのは戒律を護った結果ですが、受けた戒律をよく護ったかどうかによって、姿の違い、長寿であるかどうか、かっこいいかきれいかというような違いが出てきます。

戒律を受けたとしても、それを護らずに破り、懺悔しないままにした場合、人には生まれたけれども身体に問題があったり、身体が小さかったり、見る者が不快になるような姿になったりします。生まれながらにして体臭がきついかよくない臭いがするというのは、結局のところ戒律を護らなかった、もしくはそれを弱めてしまった結果です。

### 戒の[自]体

戒の[自]体は、四つの功德を具えているのです。すなわち、『菩薩地』[の「戒品」]に「[要約すると、]四つの功德を具えているのが、[諸菩薩の]戒の自体であると知るべきです。すなわち、四つはなにかというと、1) 相手から正しく受けたことと、2) 思惟がきわめて清浄であることと、3) 損なわれたなら回復（還浄）することと、4) 損なわないために尊敬を生じて念を安住させることです。」と説かれています。

これら四つの功德もまた、要約したなら、受け取ることと護ることとの二つです。そのうち、受け取るとは、最初の句です。護ることは、後の三つです。

II. Definition. The definition of moral ethics has four qualities. The Bodhisattva Bhumis says: One should understand that the definition of moral ethics has four qualities. What are these four? Taking precepts perfectly from others, having pure motivation, renewing one's practice if it declines, and having mindfulness and respect so that one's practice will not decline.

\* 語義

○回復（還浄） 損なわれたなら回復（還浄）すことと  
renewing one's practice if it declines,

【疑問 itは何を指すのでしょうか？

戒を「損なわれたなら（decline）」と捉えるのか、

2) pure motivation を指すとして、清浄であることを損なったのなら なのでしょうか？

◆ドルズィン・リンポチェ御法話より

引用：協会 HP・御法話・「六波羅蜜」文書

「戒律」も、朝起きて、一緒に住んでいる家族や友人に対して実践していくことができます。たまにうまくいかないとか、関係が悪くなり、心に何か嫌な思いが起こることはあるでしょう。そんなに怒らなくとも、心にわだかまりがあるならきれいな心ではありません。戒律としては、それはよくないです。

心をちゃんときれいにする。実際に行動ができなくとも、まずは心をきれいに保つことによって、戒律を護ることができます。戒律は「不善を断じて、十善を行なう」ことや「執着や怒りを断じて、慈悲の想いを強くする」ことです。家のなかでは、「間違った心、汚い心を捨てて、家族や周囲の人に慈悲与えて戒律を守る」のです。実際の行動としての布施はできなくても、戒は実践できます。

たとえば、「私の手伝いをしてくれない」「これをしてほしいのに、やってくれない」と考えるのではなく、「私は元気でこれができる」「年も若いし、私がやれることはやりましょう」と考えて行動すると自分の方に利益があります。結果的に利益を受けるのは、私なのです。

反対に、「私はちょっと勉強もしているし、私がお家の家計も助けているのだから、私がボスみたいなものだ。他のみんなは何も出来ないんだ」と考えるのは、間違った考えです。たしかに、勉強し智慧があつて家計を助けているかもしれませんが、こういう考え方は「因果の法」において問題があります。今生で良い状態にいるのは、前生で積んだ功德の結果です。今それを使い尽くして不善を行なうのは、前の業を食いつぶしてしまって次に善い結果を生む業を積んでいないので問題です。

ですので、他の人を助けて善い行いをし、善業を積んでいきます。仏教の教えというのは、やはり心の問題、心が一番重要です。

**戒の区別**

戒について区別するなら、三つ――

- 1) 律儀戒と、
- 2) 摂善法戒（善法を摂めとる戒）と、
- 3) 饒益有情戒（有情の利益をする戒）です。

そのうち、第一は、心を安住させるのです。

第二は、自相続の法を成熟させるのです。

第三は、有情を円熟させるのです。

**戒の区別個々の自相**

それら個々の自相（定義）を説明するなら、

**律儀戒の自相**

律儀戒は、

- 1) [声門・独覚と]共通のものと、
- 2) 非共通のものです。

III. Classification. Moral ethics has three classifications:

- A. moral ethics of restraint,
- B. morality of accumulating virtuous Dharma, and
- C. morality of benefitting sentient beings.

The first means to restrain your mind in a proper place; the second one means to mature the Dharma qualities of your mind; and the third one means to fully mature sentient beings.

IV. Characteristics of Each Classification.

A. Moral Ethics of Restraint. Two topics describe the morality of restraint:

- 1. common, and
- 2. uncommon.

\* 語義 赤字：リンポチェ御法話より 引用：協会 HP・御法話・「六波羅蜜」文書

○律儀戒（りつぎかい） moral ethics of restraint

\* リンポチェからは「聖律儀戒」とも教えていただきました。

私たちが断ずるべきもの、要するに「十不善」（じゅうふぜん）です

○撰善法戒（しょうぜんぽうかい）（善法を撰めとる戒） morality of accumulating virtuous Dharma

「なすべきこと」が説かれている戒律です

○饒益有情戒（にょうやくうじょうかい） morality of benefitting sentient beings

\* リンポチェからは「撰衆生戒」とも教えていただきました。

「他の生きものの手伝いをする」という戒律です。

○自相続の法 the Dharma qualities of your mind

【疑問】 自相続とは？

前後の内容や意味から考えると、仏教の教えを守る心？みたいなものでしょうか？

○有情 心のある生き物 衆生

○円熟 fully mature

**共通のもの**

そのうち、共通のものは、別解脱戒の7種類です。そのようにまた、『菩薩地』に、「そのうち、菩薩の律儀戒は、別解脱の律儀を正しく受けた七種類—比丘・比丘尼と式叉摩耶と沙弥と沙弥尼と優婆塞と優婆夷の戒なるものです。それはまた、在家[の分]と出家の分について、適宜知るべきです。」と説かれています。これらはまた、他者に加害すること、および[その]所依事を、止めたのです。

それはまた、独自の別解脱は自利のために止めたのです。菩薩は利他のために止めたのです。そのようにまた『那羅延所問経』に、「彼は、王政のために戒を護らない。上界のためにではない。帝釈天のためにではない。梵天のためにではない。資材のためにではない。自在天のためにではない。色のためにではない。同じく応用して、地獄の怖れにより怖れて戒を護るわけではない。同じく畜生の生処と、ヤマの世間により恐怖するので、戒を護るわけではない。そうでなくて、仏陀の理趣に立たせるために、戒を護る。一切有情にとっての益と樂を希求するので、戒を護るのです」と説かれています。

\* 語義

引用：石田瑞磨『仏教語大辞典』 Wikipedia

- 別解脱戒 別解脱戒とは欲界の戒であり、それが別々に身三（殺、盗、姪）口四（妄語、綺語、悪口、両舌）の悪を棄捨して、その非を防護するというのである。
- 比丘（びく） 出家得度して具足戒を受けた男子
- 比丘尼（びくに） 出家得度して具足戒を受けた尼
- 式叉摩耶（しきしゃまな） 六法戒を受けた女性出家修行者
- 沙弥（しゃみ） 仏門に入り、剃髪して十戒を受けた男子
- 沙弥尼（しゃみに） 仏門に入り、剃髪して十戒を受けた女子
- 優婆塞（うばそく） 三宝に帰依し、五戒を受けた男子
- 優婆夷（うばい） 三宝に帰依し、五戒を受けた女子

◆ドルズィン・リンポチェ御法話より

引用：協会 HP・御法話・「六波羅蜜」文書

帰依戒を受けることによって、これら七種類の別解脱戒のどれかを受けることとなります。俗人は、優婆塞、優婆夷、沙弥、沙弥尼、正学女の戒律を受け、出家者は、比丘、比丘尼の戒を受けます。

これらの戒律を受けた上で、さらに大乘の修行をする場合は「菩薩戒」、密教の修行をする場合は密教の戒律を受けます。

すべての戒律は、「帰依戒」に依っています。まず「帰依戒」を授かってから別解脱戒を授かります。

- 止める restrain 制止する 抑制する
- 王政 attain a kingdom
- 上界 higher realms 天界
- 帝釈天 Indra 仏教の守護神である天部の一つ
- 梵天 Brahma states 仏教の守護神である天部の一柱
- 自在天 the Ishwara state 観世音の三十三身のひとつ
- 色 the body
- ヤマの世間 world of Yama

【疑問】 world of Yama とは何？

Yama をインターネットで調べると閻魔と出てきました。（ウィキペディアより）

閻魔（えんま）は仏教、ヒンドゥー教などでの地獄、冥界の主[1]。冥界の王として死者の生前の罪を裁く神[2]。日本の仏教においては地蔵菩薩の化身とみなされ同一視されている

◆リンポチェの御法話より

（引用先：協会 HP・御法話・「六波羅蜜」文書）

「すべての生きものが苦しみから脱することができるように、自分ができる限りを行おう。そのために戒律を正しく護ろう」というふうに行っていくことが必要です。

～三十七の菩薩行より～

戒律なければ自利も成就せず 利他の成就を望むは笑い草

それゆえこの世の望みを持たないで 持戒するのが仏子菩薩行（26）