



SAMYE

Saga Dawa

サカダワ

遠くそして近くの友人たちへ、

いつも通り、このメッセージが皆さんに健康と幸福を届けますように。今日はサカダワ月の大変特別なグル・リンポチェの日です。チベットの伝統では、サカダワ月は仏陀が降誕・成道・涅槃をなされたとされています。今回はチベットの伝統において著名な経典である『解脱経 (Tar Do)』から特別なメッセージを皆さんにお届けしたいと考えています。この経典は最近亡くなった人へ廻向するために唱えられたり、岩に教文が刻まれたりしています。経典では仏陀による懺悔の方法が教示されているため、懺悔をする最適な経典の一つでしょう。でも私が申し上げたいのはその点ではありません。

経典の終わりに、十方の仏陀が不可思議に顕現され、一体となり以下の文を宣誓します。

「負の行為や罪業(*dikpa*)は内・外・真ん中のどこにも真に存在しない」

「心が安定していれば、善徳の力も安定する。」

「心が完全に自由だからこそ、罪業も自然に解脱する。」

「般若智(*sherap*)は空性であるから、諸罪の本質も空性である。」

「(三宝への) 信心と信頼が強固であれば、積んだ功德も強固となる。」

「誠意をもって懺悔するなら、一切罪業が浄化され、諸仏も拝観できるであらう。」

以上の経典に記載されている 6 つの要点を私は述べたいと思いました。その中でも特に鍵となる意味に注目したいと思います。

第一、経典でも述べられているように、安定し、穏やかで集中した心が重要です。それを培うためには、静寂に留まる（止の瞑想）が必要です。

第二、空性という真実の本性を観るため、マームドラなどの空性の瞑想（観）を修行しなければなりません。第三、安定した信心を培うため、三宝（仏法僧）の功德を学び理解することが重要です。

『解脱経』には如何なる善業を積むにも、この3つの言葉を唱えるべきと記載があります。「ナモ・ブツダヤ、ナモ・ダルマヤ、ナモ・サンガヤ」皆さんもこれを心に留め、仏陀の聖なる月では特に実践をしてください。

最後に、今月がとても加持力の強い月であることを心に留めおくよう、私は皆さんにリクエストをしたいと思います。この間、私たちはいつもよりも多く仏法の実践をし、常に菩提心を発するべきです。

この特別な日に、私は皆さんに「ナモ・ブツダヤ、ナモ・ダルマヤ、ナモ・サンガヤ」を申し上げたいと思います。そして皆さんを含む一切衆生へ愛を送ります。これらの言葉と共に、皆さんが幸福で瞑想をされますように。

サルワ・マンガラム



キャブゴン・パチョク・リンポチェ