

**On the View of Bodhimind in *The Great Treatise*  
*on the Stages of the Path to Enlightenment***

〈in Japanese〉

**Ying Gao**

Assistant Researcher, China Tibetology Research Center

〈Translated by〉

**Xuezhu Li**

Researcher, China Tibetology Research Center

**Manning Li**

Research Assistant, Research Center for World Buddhist Cultures,  
Ryukoku University

**Abstract**

In *The Great Treatise on the Stages of the Path to Enlightenment*, Tsongkhapa explored Bodhimind from five aspects including the necessity or importance of launching the Bodhimind, the methods of launching it, its traits when being launched, the ritual law and ways of Bodhimind growing. Bodhimind is the only entrance to enter Paramita Mahayana and Tantric Buddhism. Tsongkhapa presented two complete and systematic sequences and methods for Bodhimind practice. One is called “sevenfold causal” method and the other is self-other exchange method. Inspired by great compassion, Bodhimind is launched as “one vows to relief all sentient beings and seek for supreme Bodhimind, which grows naturally without any spur.” After its launching, Bodhimind needs long time of accumulation and growing through constantly recollecting all merits of the Bodhimind, keeping firm faith in it, conducting four white ways and keeping away from four black methods.

**要 旨**

『菩提道次第広論』において、菩提心の論述と教授は、1. なぜ菩提心を発さなければならないのか、即ち菩提心の重要性、2. 菩提心を発起する方法、3. 菩提心発起の性相（本性とその表徴）、4. 儀軌の受け方、5. 菩提心を増長させる方法など、五つの部分に分けられている。ツォンカパ大師は、菩提心は波羅蜜多大乗と密咒大乘に入るための唯一の道であると指摘した。菩提心は一切の菩薩善法を引き出すことができ、済度利他の根本的な原動力となるのである。『菩提道次第広論』には、「七重因果」の教法と自他互換法という、二つの完全かつ系統的な菩提心修習の次第と方法が列挙されている。大悲心の強い力によって、一切有情を抜済して無上菩提を証得する大誓願を生じる。これを前提とすれば、様々な状況に臨む時でも、努め励み意志的努力をなす必要がなく、自然に菩提心が生起する。菩提心が生起した後は、菩提心は一切功德を絶え間なく憶念し信解すべきで、菩薩の学処をよくよく温習し、四種の黒法を遠ざけて、四種の白法を懃修して、菩提心を増長し養うべきである。

## 『菩提道次第広論』における菩提心観について

高 穎 (李 学竹・李 曼寧 訳)

キーワード: 『菩提道次第広論』、菩提心、菩提心修行、菩提心生起、菩提心増長

### 前書き

『菩提道次第広論』(以下『広論』と略称)は、ゲルク派の開祖であるツォンカパ大師が著した顕教の著作であり、大師が46歳の時、即ち1402年に成立した。この論書は、弥勒菩薩の『現觀莊嚴論』とアティージャ尊者の『菩提道灯論』に基づき執筆されたもので、中観派の空性思想と瑜伽行派の修行次第をもって、教理と修行を三つの要道にまとめ、人天乗、声聞乗、菩薩乗の理論と修行方法を段階によって次第に展開し、アティージャの思想を大いに豊かにし細緻化した。『広論』が現れた後、多くの僧侶に認められ修学されて、ゲルク派発展の基礎を固め、チベット仏教における顕教の修学・修行は、ほとんどこの論書を主要な拠りどころとした。[この書は]これ以降のチベット仏教において最も影響力のある論著の一つとなり、その影響は、今に至っても時代遅れではなく、盛んに続いている。現在の学者もこの論を評価して、「その文辞は力強く意味は明瞭であり、豊かにして優美であり遠くを極める」「文章は華麗で秀逸であり、諸先賢の長所を広く網羅して取り入れている」「聖教を引用して経典をまとめ、謬りを修正して遺漏を補う」「修行理論の諸部分に対して、多元的な理論を整理して一つに統合する方法を用いて、[教義教理を]明確にし、(中略)多くの難問を明らかにして、一代の宗風を開いた」<sup>(1)</sup>「重要な経論の理論学習を修行実践に転化する時のマニュアルとも見なされ、その重要性は言うまでもない」<sup>(2)</sup>と述べた。

『広論』において、菩提心に対する論述と教授は五つの部分に分けられている。1.なぜ菩提心を起こさなければならないのか、即ち菩提心の重要性、2.菩提心を發起する方法、3.菩提心發起の性相(本性とその表徴)、4.儀軌の受け方、5.菩提心を増長する方法などである。

<sup>(1)</sup> 曲甘・完瑪多傑「菩提之道 明心之道——讀《菩提道次第廣論》」『佛教文化』1996年第02期、35頁。

<sup>(2)</sup> 魏德東「《菩提道次第廣論四家合注》: 推動漢藏佛教間交流互鑒」『中国民族報』2014年11月11日第008版。

## 一、菩提心の重要性

### (一) 菩提心と三士道

『広論』は、仏教の理論と実践を下士道、中士道、上士道の三種類に分けた。この三種類は、それぞれ異なる三種の実践者、または同一の実践者の異なる段階に対応している。下士は、「現世を重視せず、後世の善趣が円満であることを希求して、善趣に往く因を集積するから」<sup>(3)</sup>であり、中士は、「一切の輪廻の生存を厭い、自利のために三有からの解脱を希求して、解脱に導く方便の道三種を学ぶから」<sup>(4)</sup>である。そして、「大悲が自ずから働き、有情のあらゆる苦を尽くすために、成仏を希求して、六度や二次第などを学ぶから」<sup>(5)</sup>、この人こそが上士とされる。下士は因果を深く信じ今生の善行をもって後世の福報を求め、中士は三界を厭い三界を超脱した自由なる解脱を求め、上士は有情に慈悲をいだき六度を修行して成仏を求めるのである。

これは、二つの問題を表している。まず、今生において人として生れた衆生が、もし修行せず、善を行わず悪を戒めることもなければ、後世に続けて人になる可能性はかなり低く、まして生天はさらに難しい。次に、もし継続的に人天の善趣に生まれたいと願い、さらに後世の生活が今生より幸福円満であることを希望するならば、仏法の理論を実践しなければならない。しかも仏法が提供する方法と思想は、人間に来世の幸せを与えるだけでなく、その人を六道から離脱させ、円満に成仏させることもできるのである。

よって、因果を深く信じることは仏道の門であり、三界を厭離することは小乗の門であり、菩提心を発することは大乘の門である。三士道に入門した後の修学は、それぞれ重点が異なっている。大まかに言えば、下士道修行の要点は、「因果を深く信じ、善を行い悪を断つこと」である。人生の無常を思惟すること、三悪趣の苦を思惟すること、三宝に帰依すること、業には果報があることを深く信じることの四段階の修行により、現世の善行をもって良い果報を招き、後世には三善趣に生まれて人天〔道〕の福楽を享受する善果を求めるのである。

中士道の修行は、「三界を厭い、涅槃<sup>ねはん</sup>を楽しむこと」であり、下士道の修行を基盤として、苦諦を思惟して苦を知り、六道三界のあらゆる苦楽と禍福に対して厭離の心を起こし、集諦を思惟して苦と煩惱が生じる原因を知り、十二因縁法を思惟して苦を滅することが要求される。

そして、上士道の修行は「大悲をもって利他をなし、菩提に趣向すること」である。ツォンカパは二種の大乗、即ち波羅蜜多大乗と密咒大乘を提唱した。〔この〕二種の大

(3) 宗喀巴（ツォンカパ）著、法尊法師訳『菩提道次第廣論』青海人民出版社、2015年5月、32頁。

(4) 宗喀巴（ツォンカパ）著、法尊法師訳『宗喀巴大師集第一巻・菩提道次第廣論』、北京：民族出版社、2003年8月、86頁。

(5) 同注4。

乗に入る門はただ一つ、つまり菩提心である。菩提心は、顕密二種の大乗の修行を始める唯一の道である。「そのように、もし大乘に趣入しなければならないならば、能入の門はまた何であるのか。(中略) この二乗において、何れの法門にしたがい趣向するか。[大乘の] 門に入ることができるのは、ただ菩提心のみである」[と、大師がおっしゃったのである]<sup>(6)</sup>。ツォンカパ大師は、この三段階からなる体系の中では、上級の理論と修行は、下級の理論と修行を基礎とし前提として、いずれの修証と学習も、下から上へ、順序通りに漸次進むべきであり、基礎を捨てて、直接上級を修すべきではないと指摘した。つまり、中士の根性の者は、必ず下士道から修行を始め、上士の根性の者も、下士道と中士道を修了してから初めて上士道に入ることができるという。

## (二) 菩提心の体性、働きとその重要性

菩提心の体性(本体と本性)は、二つの側面に現れる。一つは菩提を志求することであり、[自身の] 成仏解脱を願うことである。もう一つは衆生を済度することであり、衆生が皆成仏できるよう願うことである。菩提心の中にこの二者は同時にそなわり、且一つ一つに融合して、矛盾がなく、切り離すことはできない。菩提心は、菩薩乗の理論と修学の核心であり、また、他の二乗と区別する際の主な標識でもある。即ち次に述べられるように、「故に大乘の者は、この[菩提] 心の有無に随って進みまた退く」「もし今生に真実心を勤修すれば、カラスに僅かな食物を施すだけでも、それによってその真実心に摂受されて、菩薩行の数に入ることができる。もし、この心がなければ、たとえ珍宝を三千世界に満たして布施したとしても、菩薩行に入らない。同様に、真実心のない浄戒ないし智慧[波羅蜜]、そして諸本尊や脈・風・滴などの修習も、みな菩薩行に入らない」<sup>(7)</sup>。それ故、菩提心は、非常にすぐれた働きを持ち、重要な位置を占める。

1、菩提心は大乘に入る門であり、一切の菩薩善法を引き出すことができるので、「心から他者を愛することが自己[を愛すること]に勝る菩提心を發起することができれば、この願心によって引き起こされた行心を以て、菩薩の広大な妙行を受持修習し、あらゆる学処を学んで随行する。賢妙なる行を行ずる故に、諸菩薩のあらゆる制限を踏み越え違反することはないのである」<sup>(8)</sup>。

2、菩提心の生起は、済度利他の根本的な原動力にもなり、一切の菩薩善法を養い増長することができる。「その故に、自他一切の利樂を生ずる本源であり、一切の煩惱を除く靈藥であり、一切の智者が歩むべき大道である。[菩提心を] 見聞し、念じ、それに触れることは、いずれも一切衆生を利益し増長することができる。利他を行うことによって、同時に自を利することともなり、欠けることなく広大な方便善巧を備える」<sup>(9)</sup>

<sup>(6)</sup> 同注 4、87 頁。

<sup>(7)</sup> 同注 4、217 頁。

<sup>(8)</sup> 同注 4、31 頁。

<sup>(9)</sup> 同注 4、214 頁。

というのである。

3、菩提心は、大乘の絶対的な標識として、一切を超出する。修行者は、凡夫であるか聖人であるかに関わらず、その修行の功の深浅も関係なく、その地位の高低貴賤さえも問わず、菩提心が生じれば、[もうすでに] 仏教の最も勝れた大乘道に入っているのである。『広論』は、『入行論』『聖弥勒解脱經』『金剛手灌頂タントラ』『華嚴經』『上統論』〈\*訳者注：『上統論』は『宝性論』のこと〉などを引用して、「発心を絶やすことがなければ、即ち菩薩である」、「未だ勝行を学び修習していないとしても、この[菩提] 心がある限り、即ち菩薩と名付けられる」と、菩提心が大乘の根本であることを表明した。これはなぜかという、班班多傑<sup>バンブルドルジェ</sup> (Banbur Dorje) 氏がおっしゃった通り、「菩提心を発起すれば、他の功德がなくても、菩薩と称することができる。行ういずれの修行も、すべて成仏の資糧となる」<sup>(10)</sup>。

4、大乘の修行者にとって、空性の智慧と菩提心の二者は父母のような存在である。「智慧によって生死の一辺に墮ちることを遮止し、慈悲によって寂滅の一辺に墮ちることを遮止する。智慧をもってしては、寂滅の一辺に墮ちるのを遮止することはできないからである」。空性の智慧は大乘も小乗も両者ともに貫いている。一方で、菩提心は大乘にのみ属しているので、菩提心の方が比較的により重要であるとわかる。

5、菩提心が善法と功德を養い増長する働きは、他の善法の及ぶところではない。菩提心は、大悪と対抗すること、少ない善法を積集して多くすること、修行が久遠の時間を経過しても衰退しないこと、また小さな善行で大きな善果を獲得させることができる。論の中に説かれているように、「力が大きな極重の悪は、大菩提心でなければ[抑止できない]。他の善法はいかに映え輝こうか。「一刹那一刹那にも、速やかに罪障を浄化・退治して、[成仏の] 資糧を積集することができる。微少の善であっても、[それを] 増広させることができ、まさに尽きようとする善はすべて無尽となるからである」。

## 二、菩提心の修行方法

### (一) 菩提心発起の条件

『広論』によれば、菩提心が生じる条件は「四縁」「四因」「四力」の三つにまとめられる。

第一は、四種の縁によって発心するのである。あるいは[1] 希有の神変を見聞することによって起こる、あるいは[2] 仏法を聴聞する功德によって起こる、あるいは[3] 大乘の聖教の消滅に耐え得ないことによって起こる、あるいは[4] 菩提心の利益と希有な功德を見ることによって起こる。これらすべては、聖徳を仰ぎ慕うことによって、成仏し衆生を済度したいという願いを生じ、仏を縁とした仏法を縁として菩提を証得

<sup>(10)</sup> 班班多傑『宗喀巴評傳』北京：京華出版社、1995年、164頁。

したいという堅固不動の決定心を生ずるのである。この四種の縁より生じた「願菩提心」は、ともに上求菩提・下化衆生の心を取り入れ融合したもので、智慧と慈悲の両方を含んでいる。

第二は、四つの因によって発心し、菩提を証得しようと欲するのである。あるいは[1] [修行者] 本人の種姓が円満していることにより、あるいは[2] 善友による摂受により、あるいは[3] 有情を悲憫することにより、あるいは[4] 生死輪廻における難行を厭離しないことによる。

第三は、四種の力によって菩提心を引き起こすのである。[1] 自力（自身の力）である。[2] 他力（他者の力）である。[3] 因力による、すなわち、かつて修行学習によって仏道への憧れを生じたことがあり、この憧れが、現在、仏の功德を聴聞することで改めて[菩提心を]生じるのである。[4] 加行力、すなわち、諸の善士・賢友の助力によって[菩提心を]生じるのである。

発心の条件のうち、最も基盤となるのは、やはり自身による至誠の願力である。もし自ら解脱を希求し、利他・自利の善心を持たず、ただ外縁と他力が交々迫ってくる働きしかなければ、菩提に趣向する願望と決意が本格的に生じることはない。内因と外縁の結合によって、「願菩提心」が首尾よく生じるのである。修習する者は、必ずその善心を護念し、すでに生じた善心を衰退させないようにして、「行菩提心」に成長させなければならない。

## （二）菩提心の修習方法

『広論』には、二種の完全かつ系統的な、菩提心修習の次第と方法が挙げられる。一つは、「七重因果」の教法であり、もう一つは「自他交換法」である。

七重因果法は、金洲大師から伝えられたものである<sup>(11)</sup>。「七因果とは、正等覚の菩提心を生じることを言う。この心はまた、増上意樂から、意樂は大悲から、大悲は慈から、慈は報恩から、報恩は恩を憶念することから、恩を憶念することは、母が産んでくれたことを知ることから[生じる]のである。これらを七種とする」。七重因果法とは、すなわち、思惟をコントロールして、鎖のように一つ一つ繋がっていくこの七つの過程――[1] 母が[自分を]産む苦を知ること、[2] 母が[自分を]産んでくれた恩を念じること、[3] 報恩すること、[4] 衆生を慈しむこと、[5] 衆生を憐れむこと、[6] 増上意樂仏道、[7] 成仏を願う――を経て、一步一步、自らを促して菩提心を生じさせるのである。

この過程において最も重要なのは、三つの「心」である。一つ目は「平等心」である。

<sup>(11)</sup> 日常法師の『菩提道次第廣論講記』によれば、七種因果法は、仏陀によって弥勒菩薩（マイトレーヤ）へ、それから無著へ、さらに金洲大師へ伝えられた。そして、自他交換法は、仏陀によって文殊菩薩へ、それから寂天菩薩（シャーンティデーヴァ）へ、さらに金洲大師へ伝えられた。その二つの教法は、ともに金洲大師によってアティーシャに伝えられたのである。

二つ目は「大悲心」である。三つ目は「増上意楽心」である。平等心の重要性は、有情に対して分別する心を除去すること―親しい者、慈愛ある者、怨憎して恨む者、仇、敵などに対して、すべてを平等に見て分別しないこと―にある。このようにしてこそ、慈悲心と菩提心が一切衆生を縁として生じるのである。

大悲心は、自利が利他へ転じる重要な節目であり、さらに菩提心の前提となる因であるとともに要素でもある。大悲心は、堅固であり、普遍的であり、長時にわたるものでなければならない。堅固というのは、劣弱な悲心は他の善心を養い増長させることができず、慈心と菩提心を生じることもできないからである。普遍的であるというのは、菩提心は一切衆生を縁として生じるので、大悲心も一切衆生を縁として生じなければならない。「しかし、有情の数量は甚だ多くその行いは悪く粗暴であるために、学処と難行は多く限りがなく、経るべき劫は無量であることを見て、怯え畏怖し、退いて小乗に墮ちるのである。ただ一度、大悲を発起するのではなく、常に修習し漸次に少しずつ増長させなければならない」。衆生を一人も捨てないことを達成するために、長時に渡って、途切れなく繰り返し修行しなければならない。「自分自身の苦楽については全く顧慮せず、利他の事については少しも厭になって捨ててしまわない」ほどの境地に達することで、菩提の資糧も円満するのである。長時にわたるといえるのは、菩提心は、その生起から成仏までのすべての過程を貫通しているからである。どのような時でも、菩提心を捨てたり破壊したりしてはならない。さもなければ、聖道より退くことになる。そして、菩提心の要素である大悲心も〔菩提心と〕同様にしなければならない。与楽の慈心と抜苦の大悲心は共に菩提心を構成する要素である。大悲心は、衆生の一切の苦を取り除きたいという願望であり、菩薩行の根本的な駆動力であるため、より根本的で、より重要である。

そして、増上意楽心は大乘と小乗を区別する。「有情に楽を得て苦から離れさせたいと願う、慈・悲〔など〕の〔四〕無量〔心〕は、声聞・独覺もみなこれを持っている。しかし、自ら一切有情を背負い、楽を与え苦を抜くことは、大乘以外には決して存在しないのである」。それ故、衆生の苦を観察して生じた慈悲の心に基づき、「自分自身が至誠でこの重荷を担おうとしなければならない」。増上意楽は衆生の苦を自分が引き受けようという使命感ある心である。では、何が一切の有情を助けて苦海から離脱させられるのか。これを考えるに、「即ち、ただ仏陀こそがその能力を持つことを知り、それ故に有情を利するために成仏しようという意欲を引き起こすのである」と言われている。一切の有情は、みな仏道を遂げることで、苦海を離れることができるのである。これこそが、大乘菩薩の広大なる発心である。

もう一つの菩提心の修習方法は、寂天菩薩 (Śāntideva、シャーンティデーヴァ) の「自他交換」の教法である。凡夫はみな、我執と我愛をあらゆる行為の中核としているが、仏の場合は、それとは真逆である。「自他交換」という修行方法の原理とは、自己と他者を交換することによって我執を消滅させるのである。「ただ自己のみを愛することは、

一切の衰退の門である。そして、他者を愛することこそ、一切が円満になる根本である」<sup>(12)</sup>。もし、自己を愛し他者を排除する心を逆方向に転換し、「自己の如くに他者にこだわる、他者に対し強烈な愛を生じ、つまり「他者」を「自己」の如くに見るならば、菩提心が自然に生じるのである。

しかし、この修習方法には二つの難点がある。一つは、自己と他者を強く分別する心であり、これによって自他互換の観想を行うことができなくなる。もう一つは、他人の苦は自分とは関係ないという冷めきった心である。これも観想を妨げるのである。この二つの障害は、ともに強烈な我執によるのである。実際に、「もし修習して、自身を他者の如くに観ることができるならば、他者を自己の如くに観ることもできる」。一切の心に念ずることはすべて転換できるのである。その対治方法は、空性の智慧をもって観察して、自己と他者は同じく仮に名付けられた存在であり、身心はただ五蘊が集まって相続しているにすぎず、それらの体性はすべて空であり、実在するものとしては存在しないと観察するのである。

この二種の修行方法（「七重因果法」と「自他交換法」）を因として、その結果、菩提心が生じる。系統的な菩提心の修持は、チベット仏教の一つの大きな特色であり、そして、『広論』の教授は完成されたものである。学者は、「上述の二種の菩提心を発起する修証の方法は、それ以前のチベット仏教文献には見当たらない。この二種の教授は、簡潔でありながら欠けるところがない。しかも、奥深い内容を理解しやすく説明しているので、殊勝なる菩提心が極めて生じ易い」と、高い評価を与えた<sup>(13)</sup>。

### 三、発心の性相と儀軌

#### （一）発心の性相

菩提心発起の判断基準、即ち菩提心が生じる時の性相（本性とその表徴）である。法尊法師は、「このような大悲〔心〕を修習する力により、一切の有情を抜済しようという誓いを立て、無上正等覚の菩提を願い求めるならば、それを自性の菩提心とし、努め励み意志的努力の必要もなく自然に生ずるのである」と解釈された。即ち、修行を経て、大悲心の強い力によって、一切有情を抜済し無上なる菩提を証得しようとする大誓願が生じれば、この菩提心は様々な状況に臨む時、努め励む意志的努力の必要もなく、自然に生起するのである。

#### （二）発心の儀軌

系統的な修習を経て、「その発心によって動揺することのない信解を得る」ことがで

<sup>(12)</sup> 同注 4、233 頁。

<sup>(13)</sup> 牛宏「《菩提道次第廣論》的佛学思想探微」『西藏研究』2004 年第 2 号、81 頁。

きて、発心儀軌を受けることができる。この儀軌は、即ち菩薩戒の儀軌である。具体的に言えば、この儀軌を受けるには二つの条件が必要となる。一つは所受の対境である。即ち行菩提心の律儀を具えた阿闍梨によらなければならない。もう一つは能受の依拠である。身相が円満し、且つ十分の意樂を具足し菩提心を發起する人天及び龍などの衆生は、すべてこの儀軌を受けることができる。意樂を具足するというのは、「生死を厭離し、死を憶念し、智慧と大悲を具えること」を指すのである。

儀軌は、「加行」「正行」「完結」の三つの部分に分けられる。加行儀軌を行うに、場の莊嚴、塔像の安置、供物の陳列などをする必要がある。いずれも、細緻で厳重に対応しなければならない。特に、供養する品物は、上等なものでなければならない。このような、莊嚴された清浄な環境において、修行者は阿闍梨に対して、「師を仏として観想」し、「作仏の勝解」をして、不退転の勇猛果敢に願う心をもって三帰依する。そして帰依の学処を受け、三宝と師に対し七支供養を修して資糧を積む。その後、有情の苦を観じて慈心を修して、儀軌の加行部分を完成する。正修の段階においては、修行者が阿闍梨の前において、誓願を立て、菩提心を發起し菩薩戒を受ける。完結儀軌においては、阿闍梨が弟子に願心の学処を教え、どのようにして、既に生じた菩提心を護るのか、どのようにして、生じた菩提心を今生と他生において増長し不退にするのか、どのようにして、損なった菩提心を改めて増長させ完備するかを教える。

すでに菩提心を生じた<sup>がくしやう</sup>学生に対して、最も重要なのは、菩提心を守護して捨てず、増長させ発展させることである。この菩提心を失わないために、菩提心のあらゆる功德を絶えず憶念し、その功德を疑いなく信解しなければならない。「この心を修するには、歡喜と勇敢の意志を漸次に増長すべきである。渴いた時に水を聞くことが如く」という。また同時に、菩提心が退失してしまう時の深刻な結末―「長夜惡趣を駆け回ること（＝長く惡道に輪廻すること）」―を思惟すべきである。さらに、「二乗の作意を防止する」必要がある。その原因は、おおよそ菩提心の最大の敵は自己だけの解脱を求める二乗（＝声聞と獨覺）の心であるからだ。菩提心を絶えず増長するためには、菩薩の学処をよくよく繰り返し修習し、「昼三回夜三回に、努めて〔菩提心を〕増長させなければならない」。有情を捨てないことを常に学び、有情が、いかなる理に適わないことをしたとしても、行者は、彼らに対して慈悲心と菩提心を保つようにすべきである。また三宝を供養するなどの資糧をよくよく修習して積むことでも、菩提心を増長させることができる。

菩薩の修行は、長時に蓄積する必要がある。いかにして菩提心を久遠の来世においても失わないようにすることができるのか。『広論』によれば、長時にわたって菩提心を妨げるものとして四つの黒法があり、長時に菩提心を増長させるものに四つの白法がある。四つの黒法は、即ち 1.親教師と阿闍梨を欺くこと、2.諂誑の心をもって、他の<sup>がくしやう</sup>学生にその人がなした善行に対する憂いまたは悔いを起こさせようとする、3.瞋恚の心によって、菩提心を具えている<sup>がくしやう</sup>学生に対して、惡称・惡名・惡譽・惡讚などを言いふらすこと、4.他の有情を諂い欺き、更にそれを楽しむことである（\*訳者注：「惡称・惡名・

「悪譽・悪讃」は法尊訳にある。「其悪称者、如云本性暴悪、未明過類。悪名者、如云非梵行、分別而説。悪譽者、如云如是如是行相、行非梵行廣分別攝。悪讃者、通於前三之後（その「悪称」というのは、本性が暴悪であると言うように、その過失の種類をあきらかにしない。「悪名」というのは、[その行為は] 梵行ではないと言うように、分類して説く。「悪譽」というのは、このようなあり様である、このようなあり様であると、その行為が非梵行であることを、さらに細かく分けて扱う。「悪讃」というのは、前三者の後に通ずる)」。また、『菩提道次第廣論四家合注』（中国社会科学出版社、2014 年 10 月）によれば、「悪讃」は「悪称という誹謗」「悪名という誹謗」「悪譽という誹謗」を指すという。四つの白法は、1.どのような状況にあっても、一切有情に対して妄語しないこと、2.前項の善行に対して「心が正直である」こと、3.一切の菩薩に対して大師として観想すること、4.自ら教化した衆生に大乘〔の菩薩行〕を受持させ行わせることである。

「四つの黒法は、現世において発心を失わせる因ではなく、他世において発心の因を現起させないようにするのである」<sup>(14)</sup>。もし菩薩が四つの白法を成就させることができれば、「あらゆる世において、生まれて直ちに菩提心が途切れることなく現れ、菩提を成就するまで途中で忘れて失うことがない」<sup>(15)</sup>のである。菩提心を、遠い来世においても生々世々現前させ失わないようにするために、四つの白法を勤修し、四つの黒法を遠ざけなければならない。[そして、] それらの菩提心を失った人の場合、必ず深く懺悔して、あらためて修習し発心の儀軌を受持して、もう一度菩提心を獲得して増長しなければならないのである。

## むすび

本論では、『菩提道次第広論』のなかの、菩提心の論述と教授について簡単に分析し紹介した。ツォンカパ大師は、菩提心は波羅蜜多大乗と密咒大乘に入るための唯一の道であると指摘した。菩提心は一切の菩薩善法を引き出すことができ、済度利他の根本的な原動力となるのである。『広論』には、「七重因果」の教法と自他互換法という、二つの完全かつ系統的な菩提心修習の次第と方法が列挙されている。大悲心の強い力によって、一切有情を抜済して無上菩提を証得する大誓願を生じる。これを前提とすれば、様々な状況に臨む時でも、努め励み意志的努力をなす必要がなく、自然に菩提心が生起する。菩提心が生起した後は、菩提心は一切功德を絶え間なく憶念し信解すべきで、菩薩の学処をよくよく温習し、四種の黒法を遠ざけて、四種の白法を勤修して、菩提心を増長し養うべきである。

<sup>(14)</sup> 同注 4、250 頁。

<sup>(15)</sup> 同注 4、250 頁。

**翻訳者 あとがき**

本論文は、高瀬氏が2017年12月2日に龍谷大学にて開催された国際シンポジウム「チベットの宗教文化と梵文写本」での発表論文に基づき補正したものである。論文の翻訳校正につき、能仁正顕氏の多大なご協力、日本語ネイティブチェックの面では亀山隆彦氏のご助言をいただいた。この場を借りて、ご教示くださった皆様に対し感謝を申し上げます。

## 中国語原稿

## 《菩提道次第廣論》的菩提心觀

高 穎

## 摘要

《菩提道次第廣論》對菩提心的論述和教授分為五個部分：1.為何必須發起菩提心即菩提心的重要性，2.發起菩提心的方法，3.菩提心的發起性相，4.儀軌受法、5.增長菩提心的方法等。宗喀巴大師認為菩提心是進入波羅蜜多大乘與密咒大乘的唯一門徑。菩提心可引出一切菩薩善法，成為濟世利他的根本動力，與空性慧共同長養大乘聖果。《廣論》列出了“七重因果”教法和自他互換法這兩種完整而系統的菩提心修習的次第和方法。以大悲心的強烈勢力而產生拔濟一切有情、證得無上菩提的大誓願，以此為前提，在面臨不同境地時，不須策勵作意而自然生起菩提心。菩提心生起之後需不斷憶念、信解菩提心的所有功德，多多溫習菩薩學處，遠離四種黑法，勤修四種白法來長養菩提心。

**關鍵詞：**《菩提道次第廣論》 菩提心 菩提心修行 生起菩提心 增長菩提心

## 引言

《菩提道次第廣論》（以下簡稱《廣論》）一書是格魯派創始人宗喀巴大師所作的一部顯教著作，在其 46 歲時寫成，即公元 1402 年。此論依彌勒菩薩的《現觀莊嚴論》和阿底峽尊者的《菩提道炬論》寫成，以中觀空性見和瑜伽行派的修行次第將教理和修行歸納為三主要道，將人天乘、聲聞乘、菩薩乘理論和修法逐級次第展開，極大地豐富和細緻了阿底峽的思想。《廣論》出後，得到許多佛教僧眾的認可和修學，為格魯派的發展打下了堅實的基礎，藏傳佛教的顯教學修幾乎都以其為主要依止，成為此後藏傳佛教最有影響力的論著之一，其影響至今歷久彌新久盛不衰。今人評價說此論“辭剛義辨，博雅致遠”、“華章高文，博採眾長”、“征聖宗經，匡謬補遺”，“對修持理論的各個環節，以一字見義，多元整一的手法，進行廓清厘定……澄清了許多難題，開闢了一代宗風”<sup>(1)</sup>；“被視為將大論學習轉化為實修的藍圖，其重要性不言而喻。”<sup>(2)</sup>

《菩提道次第廣論》對菩提心的論述和教授，分為五個部分：1.為何必須發起菩提心

(1) 曲甘·完瑪多傑著：菩提之道 明心之道——讀《菩提道次第廣論》，見《佛教文化》，1996 年第 02 期，p.35。

(2) 魏德東著：《菩提道次第廣論四家合注》：推動漢藏佛教間交流互鑒，見《中國民族報》2014 年 11 月 11 日第 008 版。

即菩提心的重要性，2.發起菩提心的方法，3.菩提心的發起性相，4.儀軌受法，5.增長菩提心的方法等。

## 一、菩提心的重要性

### （一）菩提心與三士道

《菩提道次第廣論》一書將佛教的理論和實踐分為下士道、中士道和上士道三大類，這三大類分別對應三種不同的實踐者，或對應於同一實踐者的不同階段。下士“是于現世不以為重，希求後世善趣圓滿，集能往善趣因故”<sup>(3)</sup>，中士“發厭患一切諸有，為求自利，欲得度出三有解脫，趣解脫方便之道三種學故”<sup>(4)</sup>，那些“由大悲自在而轉，為盡有情一切苦故，希得成佛學習六度及二次第等故”<sup>(5)</sup>之人則為上士。可見，下士深信因果、以今世善行求來世福報，中士厭患三界，求超脫三界的自由解脫，上士慈悲有情，修行六度求趣成佛。

這表明了兩個問題，首先，這一世生而為人的眾生，如果不修行、不行善戒惡，來世不太可能繼續成為人，更難以升天。第二，若想繼續生在人天善趣，並希望後世的生活比現世更為幸福圓滿，必須踐行佛法的理論。而佛法所提供的方法和思想，不僅僅能讓人來世獲得幸福，而且能讓人脫離六道甚至圓滿成佛。

因此，深信因果是佛道之門，厭離三界是小乘之門，發菩提心是大乘之門。三士道入門後的修學各有側重。概括地說，下士道的修行要點是“深信因果，行善斷惡”，通過思維人生無常、思維三惡趣苦、皈依三寶和深信業果這四個階段的修行，以現世的善行感召好的果報，求取來世生於三善趣中享受人天福樂的善果。

中士道的修行是“厭患三界，欣樂涅槃”，需要在下士道的修行基礎上由思維苦諦而見苦，對六道三界的一切苦樂福禍統統生起厭離心；思維集諦見苦和煩惱的生因，思維十二因緣法滅苦。

上士道的修行則是“大悲利他，趣向菩提”。宗喀巴提出了兩種大乘，即波羅蜜多大乘與密咒大乘，進入兩種大乘的門只有一個，就是菩提心，菩提心是發起顯密兩種大乘修行的唯一道路：“如是若須趣入大乘，能入之門又復雲何？……於此二乘隨趣何門，然能入門惟菩提心。”<sup>(6)</sup>宗喀巴大師指出在這三個層級的系統中，上級理論和修行以下級為基礎和鋪墊，任何修證和學習應當由下而上，循序漸進，不可以舍去基礎而直修上層。也就是說，中士根性者必須從下士道開始修，上士根性者也要修足下士道和中士道，才可以進入上士道。

<sup>(3)</sup> 宗喀巴著，法尊法師譯，《菩提道次第廣論》，西寧：青海人民出版社，2012年5月，p.32。

<sup>(4)</sup> 宗喀巴著，法尊法師譯，《宗喀巴大師集第一卷·菩提道次第廣論》，北京：民族出版社，2003年8月，p.86。

<sup>(5)</sup> 同注4。

<sup>(6)</sup> 同注4，p.87。

## （二）菩提心的體性、作用及其重要性

菩提心的體性，表現為兩個方面，一是志求菩提，願成佛解脫，一是救度眾生，願眾生都成佛道。菩提心中這二者同時具足而且融合為一，不矛盾不割裂。菩提心作為菩薩乘理論和修法的核心，也是其區別於其它二乘的主要標誌，也就是“故大乘者，隨逐有無此心而為進退”，“若勤修此生真實心，雖施烏鴉少許飲食，由此攝持，亦能墮入菩薩行數。若無此心，縱將珍寶充三千界而為佈施，亦不能入菩薩之行。如是淨戒乃至智慧，修諸本尊、脈息、明點等，皆不能入菩薩之行。”<sup>(7)</sup>菩提心因此而具有非常殊勝的作用和重要的地位。

首先，菩提心既然是大乘之門，可引出一切菩薩善法，“謂心發起愛他勝自菩提之心，以此願心所引行心，受學菩薩廣大妙行，學受隨行所有學處；行賢妙故，能不違越諸勝者子所有制限”<sup>(8)</sup>。

二，菩提心生起，成為濟世利他的根本動力，能夠長養一切菩薩善法，“是故能生自他一切利樂本源，能除一切衰惱妙藥，一切智士所行大路，見聞念觸悉能長益一切眾生，由行利他兼成自利，無所缺少具足廣大善權方便。”<sup>(9)</sup>。

三，菩提心作為大乘的絕對標誌是超出一切的，無論修行者在凡在聖，無論其修為功夫深淺，也無論其地位高貴低賤，只要發起了菩提心，就是進入了佛教最為殊勝的大乘道。

《廣論》引用《入行論》、《聖彌勒解脫經》、《金剛手灌頂續》、《華嚴經》和《上續論》等文句說明“發心無間，即為佛子”、“雖未學習勝行，然有此心，便名菩薩”，表明菩提心是大乘之根本。之所以如此，應如班班多傑先生所說：“若發起了菩提心，雖然沒有其它功德，也可稱為菩薩，所作任何差事，都能成為成佛的資糧。”<sup>(10)</sup>

四，對大乘人來說，空性慧和菩提心二者如同父母，“以慧遮止墮生死邊，以悲遮止墮寂滅邊，慧不能遮墮寂滅故”。因為空性智慧貫通大小二乘，而菩提心則僅屬大乘，可見菩提心相對地更加重要。

五、菩提心長養善法功德的作用是其它善法無可比擬的。菩提心可以對抗大惡，可以令善法積少成多，可以使修行歷經久遠而不衰敗，還可以使小善行獲得大善果，如論中說：“大力極重惡，非大菩提心，余善何能映”，“一一刹那亦能速疾淨治罪障，積集資糧，雖微少善能令增廣，諸將盡者能無盡故。”

## 二、菩提心的修行方法

### （一）菩提心發起的條件

《廣論》稱菩提心生起的條件可以歸結為四緣、四因、四力三種。

<sup>(7)</sup> 同注 4，p.217。

<sup>(8)</sup> 同注 4，p.31。

<sup>(9)</sup> 同注 4，p.214。

<sup>(10)</sup> 班班多傑. 宗喀巴評傳 [M]. 北京：京華出版社，1995 年，p.164。

一者由四種緣分發心，或由見聞稀有神變而念發，或由聽聞佛法功德而發，或由不忍大乘聖教遷滅而發，或由見菩提心利益與稀有功德而發。這些都是由仰慕聖德而產生成佛度生的願望，緣佛或佛法而產生欲證菩提的決定心。由這四種緣所發起的願菩提心，都融合了上成佛道下化眾生的心，包含了智慧和慈悲兩種。

二者由四因發心欲證菩提。或因本人種姓圓滿，或因善友攝受，或因悲憫有情，或因不厭患生死難行。

三者由四種力而引發菩提心，一是自力；二是他力；三是由於因力，即以往修習而產生過對佛道的嚮往，當下聽聞佛功德而引起這種嚮往重新生起；四是加行力，即由諸位善士賢友的幫助而產生。

在發心的條件中，最為根本的還是自身至誠的心願力量。如果自身沒有追求解脫、利他自利的善心，只有外緣和他力的交迫作用，仍然不會真正產生趣向菩提的願望和決心。通過內因與外緣的結合，願菩提心成功地產生，修習者必須護念這種善心，讓已生善心不退，成長為行菩提心。

## （二）菩提心的修習方法

《廣論》列出了兩種完整而系統的菩提心修習次第和方法，一是“七重因果”教法，一是自他互換法。

七重因果法來自金洲大師<sup>(1)</sup>，“七因果者，謂正等覺菩提心生，此心又從增上意樂，意樂從悲，大悲從慈，慈從報恩，報從念恩，憶念恩者從知母生，是為七種。”七重因果法就是操控思維經歷知母生苦、念母生恩、報恩、慈愛眾生、悲憫眾生、增上意樂佛道、求生佛道這七個環環相扣的過程，一步一步促使自己產生菩提心。

這個過程的關鍵有三心，一是平等心，二是大悲心，三為增上意樂心。平等心的重要性在於去除對有情的分別心，對親者、慈愛者、怨憎者、仇人、敵人等都平等無分別，只有這樣，慈悲心和菩提心才能緣一切眾生生起。

大悲心是由自轉他的一個重要環節，更是菩提心的前因和要素。大悲心必須堅固、普及、長時。所謂堅固，是因為羸劣的悲心不能長養其它善心，無法產生慈心和菩提心。所謂普及，是因為菩提心要緣一切眾生產生，因此大悲心必須緣一切眾生生起，“然因有情數量眾多，行為惡暴，學處難行，多無邊際，經劫無量，見已怯畏退墮小乘，非惟一次發起大悲，應恒修習漸令增長”，為了做到不舍一個眾生，必須不斷地重複地長時間修行，直到“于自苦樂全不顧慮，於利他事毫無厭舍”，才能圓滿菩提資糧。所謂長時，是因為菩提心貫穿從生起到成佛的整個過程，在任何時刻都不可捨棄或破壞，否則就是退出聖道。作為菩提心的要素的大悲心也要如此。與樂之慈心和拔苦之悲心都是菩提心的組成要素，大悲心是拔除眾生一切苦的願望，是菩薩行的根本驅動力，因此更加基本更加重要。

<sup>(1)</sup> 據日常法師的《菩提道次第廣論講記》，七種因果法是由佛陀傳給彌勒菩薩，再傳無著菩薩，後傳至金洲大師；而自他互換法則是由佛陀傳給文殊菩薩，再傳寂天菩薩，後傳至金洲大師。此二教法皆是由金洲大師傳與阿底峽尊者的。

增上意樂心則將大乘和小乘區別開來。“欲令有情得樂離苦，慈悲無量，聲聞、獨覺亦皆有之。若自荷負一切有情，與樂拔苦，則除大乘決定非有。”因此，在觀察眾生疾苦而產生的慈悲基礎上，“須自至誠，荷此重擔”。增上意樂是將眾生疾苦置於自身承擔的使命感之心。那麼什麼才能幫助一切有情脫離苦海呢，如此思維的時候，發現“則知惟佛方有此能，故能引發為利有情，欲得成佛”，欲願一切有情皆成佛道，才能皆出苦海，這就是大乘菩薩的廣大發心。

第二種修法是寂天菩薩的“自他交換”教法。凡夫皆以我執我愛為一切行為的核心，佛則與此相反，這種修行方法的原理就是通過自身與他身的互換來消滅我執：“惟自愛執，乃是一切衰損之門；愛執他者，則是一切圓滿之本”<sup>(12)</sup>。如果能夠將愛己排他的心倒換過來，“執餘如我”，對他人產生強烈的執愛，也就是視他如我，菩提心也就自然產生了。

此法的難點有兩個，一是對自身他身的強烈分別心，無法進行自他互換的觀想。二是視他苦與我無關的冷漠心，也讓觀想無法進行。這兩種障礙都是因為強烈的我執。實際上“若能修觀自如他，觀他如自亦能生起”，一切心念皆會轉變。對治的方法是以空性慧觀自身他身都是假設安立，身心只是五蘊的積聚和相續，其體性皆為空，並無實法。

以這兩種修習方法為因，其結果是菩提心的生起。系統的菩提心的行持是藏傳佛教的一大特色，《廣論》的教授也非常完備，學者對此有很高評價：“上述兩種發願菩提心的修證法在以前的西藏佛教語錄中未曾有過，二種教授不僅方法簡潔而完備，而且深入淺出，極易生起殊勝的菩提心來。”<sup>(13)</sup>

### 三、發心性相及儀軌

#### （一）發心性相

菩提心發起之量即菩提心生起時的性相。法尊法師解釋為“由修如是大悲力故，立誓拔濟一切有情，願求無上正等菩提，以為自性菩提之心，不須策勵而得生起。”經過修行，以慈悲心的強烈勢力而產生拔濟一切有情、證得無上菩提的大誓願，這種菩提心在面臨不同境地時，不須策勵作意而自然生起。

#### （二）發心儀軌

經過系統修習之後，“於其發心獲得定解”，可以受發心儀軌。這一儀軌就是菩薩戒的儀軌。具體來說，能夠受持儀軌需要兩個條件。一是所受之對境，即要以具足行菩提心律儀的阿闍黎。二是能受之依，身相圓滿而且有十足意樂發菩提心之人、天、龍等眾生，都可以受此儀軌。所謂具足意樂，指的是“厭離生死，憶念死殁，具慧大悲”。

<sup>(12)</sup> 同注 4，p.233。

<sup>(13)</sup> 牛宏著，《菩提道次第廣論》的佛學思想探微，見《西藏研究》，2004 年第 2 期，p.81。

儀軌分為加行、正行和完結三個部分。加行儀軌進行需要莊嚴處所、安置塔像、陳設供物等，一一都需精細嚴格，尤其是所供之物應是上品。在這種莊嚴潔淨的環境中，修行者對阿闍黎“于師須住佛想”、“作佛勝解”，以不退轉的勇猛欲樂心行三皈依，受皈依學處，為三寶和上師修七支供以為積集資糧，隨後觀有情苦而修慈心，完成儀軌的加行。在正修階段，修行者在阿闍黎前宣說誓言，發菩提心受菩薩戒。完結儀軌中，阿闍黎教授弟子願心學處，教授其如何守護已得的菩提心，如何令所生的菩提心在今生和餘生增長不退，如何使得已壞的菩提心重新增長完善。

對已生菩提心的學子來說，最重要的莫過於守護不舍、增長發展菩提心。若要不舍此菩提心，需不斷憶念菩提心的所有功德，對其功德產生堅決不疑的信解：“于修此心，當漸增長勇悍歡喜，如渴聞水”。同時思維退失此心的過患，“長夜馳騁惡趣”。更要“防護二乘作意”，大概因為菩提心最大的敵人就是退失為只求個人解脫的二乘心。若要菩提心不斷增長，必須多多溫習菩薩學處，“須晝三次及夜三次，勵令增長”。不斷學習不舍有情，無論有情做任何非理之事，行者都能對其保持慈悲心和菩提心。多多修習供養三寶等資糧，也能夠令菩提心增長。

菩薩修行需長時積累，如何令菩提心在久遠的來世已得不失？《廣論》稱能夠長時障礙菩提心的有四黑法，能夠長時長養菩提心的有四白法。四黑法即 1.欺誑親教及阿闍黎、2.以諂誑心令其他學子于所做善行產生憂悔、3.由嗔恚心促說具足菩提心的學子的惡稱、惡名、惡譽、惡贊等、4.諂誑其他有情並以此為樂。四白法即 1.在任何情境下對一切有情不妄語、2.對前一善行“心正直住”、3.對一切菩薩起大師想、4.令自己所化有情受行大乘。

“四黑法者，非是現法失發心因，是於他生令所發心不現起因”<sup>(14)</sup>，如果菩薩能夠成就四白法，則“一切生中生已無間，菩提之心即能現起，乃至菩提中無忘失”<sup>(15)</sup>。若要菩提心在久遠的來世也能生生現前而不退失，需要勤行四白法，遠離四黑法。對那些退失菩提心的人，必須深生懺悔，並重新修習和受持發心儀軌，重新獲得和長養菩提心。

## 結語

本文就《菩提道次第廣論》中對菩提心的論述和教授進行了簡要的分析介紹。宗喀巴大師認為菩提心是進入波羅蜜多大乘與密咒大乘的唯一門徑。菩提心可引出一切菩薩善法，成為濟世利他的根本動力，與空性慧共同長養大乘聖果。《廣論》列出了“七重因果”教法和自他互換法這兩種完整而系統的菩提心修習的次第和方法。以大悲心的強烈勢力而產生拔濟一切有情、證得無上菩提的大誓願，以此為前提，在面臨不同境地時，不須策勵作意而自然生起菩提心。菩提心生起之後需不斷憶念、信解菩提心的所有功德，多多溫習菩薩學處，遠離四種黑法，勤修四種白法來長養菩提心。

<sup>(14)</sup> 同注 4，p.250。

<sup>(15)</sup> 同注 4，p.250。