

ぶつせつまかはんにゃはらみたしんぎょう

仏説摩訶般若波羅蜜多心經

かんじざいぼさつぎょうじんはんにはらみつたじしょうけんごうんかいこう

觀自在菩薩行深般若波羅蜜多時照見五蘊皆空

どいつさいくやくしゃりししきふいくうくうふいしきしきそくぜくう

度一切苦厄舍利子色不異空空不異色色即是空

くうそくぜしきじゆそうぎょうしきやくぶによぜしゃりしぜしよほうくうそう

空即是色受想行識亦復如是舍利子是諸法空相

ふしょうふめつふくふじょうふそうふけんぜこくうちゅうむしきむじゆ

不生不滅不垢不淨不增不減是故空中無色無受

そうぎょうしきむげんにびぜっしんいむしきしょうこうみそくほうむげんかい

想行識無眼耳鼻舌身意無色声香味触法無眼界

ないしむいしきかいむむみょうやくむむみょうじんないしむろうしやく

乃至無意識界無無明亦無無明尽乃至無老死亦

むろうしじんむくしゅうめつどうむちやくむとくいむしよとくこぼ

無老死尽無苦集滅道無智亦無得以無所得故菩

だいさつたえはんにはらみつたこしんむけいけむけいけこむうくふ

提薩依般若波羅蜜多故心無礙無礙故無有恐怖

おんりいつさいてんどうむそうくうぎょうねはんさんぜしよぶつえはんにはは

遠離一切顛倒夢想究竟涅槃三世諸仏依般若波

らみつたことくあのかたらさんみゃくさんぼだいこちはんにははら

羅蜜多故得阿耨多羅三藐三菩提故知般若波羅

みつたぜだいじんしゆぜだいまうしゆぜむじょうしゆぜむとうどうしゆ

蜜多是大神呪是大明呪是無上呪是無等等呪

のうじよいつさいくしんじつふここせつはんにはらみつたしゆ

能除一切苦真實不虛故説般若波羅蜜多呪

そくせつしゆわつぎゃていぎゃていはらぎゃていはらそうぎゃてい

即説呪日 鞞諦鞞諦 波羅鞞諦 波羅僧鞞諦

ほじそわか

はんにはしんぎょう

菩提薩婆訶 般若心經

◆和訳

* 上記玄奘記を元に、仏教や哲学の専門用語をなるべく使わずに日常語で意訳しました。ただし、玄奘記で欠けている部分の大筋などを「大本(完全版)」やサンスクリット原本で補いました(青字部分)。また、分かりやすくするため説明を付けました(緑字部分)。

私はこのように聞いています。お釈迦様が大量の出家した弟子達や菩薩様達と共に王舎城の靈鷲山にいらっしゃった時、お釈迦様は深い悟りの瞑想に入られました。その時、観音さま(観自在菩薩)は深淵な“完全なる智慧(般若波羅蜜多)”の修行をされて次のように見極められました。人は私というものが存在すると思っているけれど、実際に存在するのは体、感覚、イメージ、連想、思考という一連の知覚を構成する5つの要素(五蘊)であり、そのどれもが私でもなく私に属するものでもなく、またそれらの他にも私はないのだから、結局どこにも私などというものは無いのだ。しかもそれら5つの要素も幻のように実体のないのだと。そして、この智慧によって、すべての苦しみや災いから抜け出すことができました。お釈迦さまの弟子で長老のシャーリプトラ(舍利子)は、観音様に次のように尋ねました。「深淵な“完全なる智慧”の修行をしようと思えば、どのように学べばよいのでしょうか？」それに答えて、観音様はシャーリプトラに次のように説かれました。

「シャーリプトラよ、体は幻のように実体のないものであり、実体のないものを本当にある物のように思っているのです。体は幻のように実体のないものに他ならないのですが、真実の姿は我々が見ている体を離れては存在するわけではありません。体は実体がないというあり方で存在しているのであり、実体がないというあり方が体の真実の姿なのです。これは体だけでなく感覚やイメージ、連想や思考も同じです。(つまり、私が存在するところだわっているものの正体であるとお釈迦様が説かれた「五蘊」は、小乗仏教が言うような実体ではありません。)

シャーリプトラよ、このようにすべては実体ではなく、生まれることも、なくなることもありません。汚れているとか、清らかであるということもありません。迷いが減ったり、福德が増えたりすることもありません。

このような実体はないのだという高い認識の境地からすれば、体も感覚もイメージも連想も思考もありません。目・耳・鼻・舌・皮膚といった感覚や心もなく、色や形・音・匂い・味・触感といった感覚の対象も様々な心の思いもありません。目に映る世界から、心の世界まですべ

てありません。(つまり、お釈迦様が説かれた「十二処」は小乗仏教が言うような実体ではありません。)根源的な認識の間違ひもなければ、それがなくなることもありません。同様に最後に至る、老いも死もないし、老いや死がなくなることもありません。(つまり、お釈迦様が説かれた「十二縁起」のそれぞれは小乗仏教が言うような実体ではなく生まれたりなくなったりしません。)苦しみも、苦しみの原因も、苦しみがなくなることも、苦しみをなくす修行法もありません。(つまり、お釈迦様が説かれた「四諦」のそれぞれは小乗仏教が言うような実体ではありません。)知ることも、修行の成果を得ることもありません。また、得ないこともありません。

このような境地ですから、菩薩様達は“完全なる智慧”によって、心に妨げがありません。心に妨げがないので恐れもありません。誤った妄想を一切お持ちでないので、完全に開放された境地でいらっしやいます。

過去・現在・未来のすべての仏様も、この“完全なる智慧”によって、この上なく完全に目覚められたのです。

ですから知らないといけません。“完全なる智慧”の大いなる真言(呪文)、大いなる悟りの、最高の、他に比べるものもない真言は、すべての苦しみを取り除くものであり、偽りが無いので確実に効果のあるものなのです。さあ、“完全なる智慧”の修行で唱える真言はこうです。

「ガテー ガテー パーラガテー パーラサンガテー ボーディ スヴァーハー」

(智慧よ、智慧よ、完全なる智慧よ、完成された完全なる智慧よ、悟りをもたらしたまえ。)

シャーリプトラよ、深淵な、“完全なる智慧”の修行をするには、以上のように学ぶべきなのです。」

この時、お釈迦様は瞑想を終えられて、「その通りです」と、喜んで観音様をお褒めになられました。そして、シャーリプトラや観音様やその場にいた一同をはじめ、世界のすべての者達はお釈迦様の言葉に喜びました。

以上で“完全なる智慧”の真言の教えを終わります。