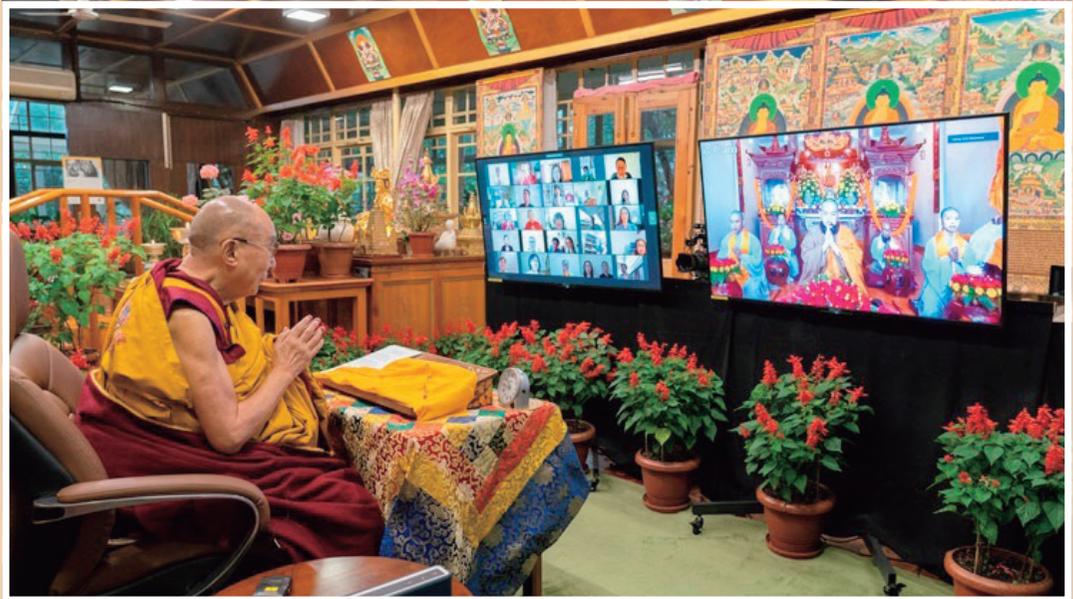




チベット通信

༄༅། ཉི་འོང་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་ཁང་གི་གསར་འཕྲིན།།

2021年 秋号 AUTUMN ISSUE



ダライ・ラマ法王日本代表部事務所（チベットハウス・ジャパン）

JAPANESE TIBETAN BULLETIN

JAPANESE TIBETAN BULLETIN

2021年 チベット通信 秋号 AUTUMN ISSUE

Contents

日本・チベットニュース

- ペンパ・ツェリン主席大臣、アリヤ代表の著書『龍の毒霧を晴らす』を刊行 1
- アリヤ代表、チベットの現状に関する報告書を日本の国会議員に提出 2
- 日本と韓国のチベット人がオンラインで民主化記念日をお祝い 4
- アリヤ代表が日本与党総裁候補・高市早苗議員と会談 5

チベット・ニュース

- テンド僧院での中国による逮捕劇の後、4人のチベット僧に厳しい判決 7
- 中国がザ・ウォンボ地区で、さらに8名のチベット人を勾留 9
- チベット・東トルキスタン及び香港における中国による人権侵害に対し、米国が懸念を表明 11

ダライラマ法王お法話

- チベット文化とその平和貢献の可能性 12
- 『菩提道灯論』法話会 初日と法話会 2日目 20

イベント・お知らせ

- 「チベットカフェ Season's Message」ありがとうございました 27
- チベットハウスジャパンがチベット語講座を開始 28
- チベット会員制度ご案内・会員募集中 29

チベット通信 2021年秋号

2021年●月●日発行

発行人：ダライ・ラマ法王日本代表部事務（チベットハウス・ジャパン）

〒160-0031 東京都新宿区西落合3-26-1

電話：03-5988-3576

代表：アリヤ・ツェワン・ギャルポ（博士）

経理担当：ジグメ・ツェリン

ボランティア・スタッフ：長谷川直子・鈴木サチ

ペンパ・ツェリン主席大臣、アリヤ代表の著書 『龍の毒霧を晴らす』を刊行

[2021年8月2日 日本、東京]



2021年7月2日、『Harnessing the Dragon's Fume』の発行を発表するペンパ・ツェリン主席大臣

中央チベット政権のペンパ・ツェリン主席大臣は、7月2日午前、ダラムサラの官庁街カンチェン・キションにあるTCRC会館で、『Harnessing the Dragon's Fume（仮邦題：龍の毒霧を晴らす）』の刊行を発表しました。

この著書は、ダライ・ラマ法王日本代表部事務所の現代表・アリヤ・ツェワン・ギャルポが、情報・国際関係省（DIIR）情報局長として在任期間中の2019年から2020年にかけて、中国によるチベットに関する虚偽や宣伝工作に対する反論として執筆した論説や随筆をまとめたものです。

ペンパ・ツェリン主席大臣は、刊行会見の挨拶で、チベットに関する中国による誤った歴史的表現に対して反証することの重要性を強調すると共に、アリヤ・ツェワン・ギャルポ代表が一人のチベット人として、またCTAの高官として、チベット国内の状況の真実を伝えるために絶え間ない努力を続けてきた成果を称賛しました。

また、主席大臣は、個々のチベット人に対して、中国共産党による歪曲を検証し、検証可能な証拠に基づいて異議を唱える努力をするよう呼びかけました。

（翻訳：仁恕）

アリヤ代表、チベットの現状に関する報告書を 日本の国会議員グループに提出

[2021年8月26日 日本、東京・スタッフレポーター]



公聴会で国会議員にチベットの現状について説明を行うアリヤ代表 写真（森本）

ダライ・ラマ法王日本代表部事務所のアリヤ・ツェワン・ギャルポ代表は、8月26日、参議院議員会館で開催された国会議員連盟主催の公聴会で、9ページからなるチベットの現状に関する報告書を提出しました。

チベット、ウイグル、南モンゴル、香港及び中国の「民主主義」を支援する国会議員グループは、参議院議員会館で公聴会を開催しました。弾圧を受けている各国の代表は、中国共産党政権による継続的な残虐行為や不正について説明しました。

約40名の超党派による国会議員と各政党職員が公聴会に出席して、対象地域の人権状況に強い関心を示しました。ウイグル議員連盟の古屋圭司会長は、「いかなる場所であれ人権侵害を容認することはできない。超党派による議員連盟が協力あって中国の人権侵害問題に対して警鐘を鳴らし、声明を出していく」と述べました。

超党派の日本チベット国会議員連盟下村博文会長は、チベット問題と人権問題に対する支援を強調しました。下村氏は、ダライ・ラマ法王と中央チベット政権

(CTA) 主席大臣が来日し、議会で演説したエピソードについて触れ、最大規模となるチベット問題を支援する国会議員連盟について述べました。

また、他団体の会長や代表も、中国共産党による著しい人権侵害状況について述べました。

アリヤ代表は、公聴会に参加する機会を与えて頂いた主催者に謝辞を述べ、9ページからなる報告書を提出し、チベット高原地域の急速な軍事化やチベット僧院及び学校の閉鎖に起因する危機的な状況について要点を説明しました。さらに代表は、中国がインド、ブータンとの国境付近に入植地をつくり、強制的にチベット人民を定住させている現状について説明しました。

アリヤ代表は、チベット人の子供たちが僧院への立ち入りを禁止され、中国がいわゆる「愛国心教育」を通じて子供たちに軍事訓練を行い洗脳している状況について各議員に知らせました。

「チベットは戦略された国だという真実を忘れないこと」と題した9ページにわたる報告書には、中国がチベットで行っている最近の残虐行為や弾圧に関する写真や記事も含まれています。

出席した国会議員らは意見を共有し、中国による人権侵害状況に対する憤りをあらわにしました。日本チベット国会議員連盟の長尾敬事務局長は、公聴会での議論を総括し、参加者の報告と見解に対し感謝の意を述べました。長尾氏は、本公聴会について、中国による人権侵害や暴力による弱者いじめを非難する決議を今秋の国会で成立させる前段と位置づけました。

公聴会の後、報道説明会が行われ、アリヤ代表や各国の代表は報道機関と情報交換を行い、各国の中国による人権侵害の実態を知らせました。

在日チベット人コミュニティーのテンジン・クンガ氏とスチューデント・フォー・フリー・チベットのツェリン・ドルジェ氏もアリヤ代表に同席しました。

(翻訳：仁恕)

お問合せ電話：03-5988-3576 FAX：03-3565-1360

Email：tibethouse.jp@tibet.net

ダライ・ラマ法王日本代表部事務所（チベットハウス・ジャパン）は
ダライ・ラマ法王及びチベット亡命政権の日本唯一の公機関

日本と韓国のチベット人が オンラインで民主化記念日をお祝い

[2021年9月5日 日本、東京]



チベット民主化記念日 オンラインの参加者

チベットハウス・ジャパンの主催で9月5日、日本と韓国在住のチベット人が第61回チベット民主化記念日を祝いました。東京で新型コロナウイルスによる緊急事態宣言が発令されていることを考慮し、オンラインで開催されました。

チベット・テレビが製作したダライ・ラマ法王とチベット民主主義の進化に関する15分間のビデオが紹介されました。

ダライ・ラマ法王日本代表部事務所のアリヤ・ツェワン・ギャルポ代表は、この記念日に寄せられたチベット亡命政権内閣からのメッセージを読み上げ、民主主義とチベット亡命政権（CTA）が効果的に機能することの重要性について話しました。また、チベットの状況の深刻さと、チベット国内のチベット人が自由を回復し正義をもたらすために信仰を捧げていることを忘れないように、と世界中のチベット人に呼びかけました。

チベットハウス・コリアのゲシェ・ナムカ師、在日チベット人コミュニティのソナム氏、韓国に新たに設立されたチベット人コミュニティのゲシェ・テンジン・サンポ氏がスピーチを行い、チベットのために団結し協力することの必要性を訴えました。

参加者は、チベット議会の行き詰まりと憲法上の危機を嘆き、CTAに問題の早期解決と議会の再開を要請しました。

その後、アリヤ代表は、先週日本の国会の公聴会に提出した9ページにわたるチベットに関する報告書の概要を説明し、チベットが直面している危機的で困難な状況について詳しく説明しました。

ダライ・ラマ法王日本代表事務所の会計および事務局を担当するジグメ・ツェテン氏が司会を務めました。 (翻訳：MK)

アリヤ代表が日本与党総裁候補・高市早苗議員と会談

[2021年9月27日 日本、東京]



代表アリヤ博士が総裁候補者と報道機関に説明を行った。写真／チベットハウスジャパン

本日、日本チベット事務所代表アリヤ・ツェワン・ギャルポ博士は、中国共産党政権下の他の抑圧された国民と共に、日本の国会議事堂において与党自由民主党総裁候補の高市早苗議員と会談した。



高市早苗議員に歓迎のあいさつをするアリヤ代表。写真／ T.Sato

総裁選に当選した場合、高市早苗議員は、来月任期が終わる現総裁・菅義偉氏から総理大臣を引き継ぐこととなり、第100代目総理大臣、且つ日本初の女性首相になる。彼女は党の総裁に立候補している4人の候補者のうちの1人で、結果は9月29日に出る。

アリヤ博士は高市早苗議員にカタを贈り、中国共産党政権下で起こっている人権侵害について話し合うために忙しいスケジュールの中で時間を取って頂いた事を感謝した。彼はまた彼女が、どの地域においても、あらゆる抑圧と基本的自由の否定を非難するという強い声明を最近出したことに感謝した。

アリヤ代表は、チベットの危機的で困難な状況について総裁候補と報道陣に報告した。彼は参加者に、いかにチベット高原が重武装化されているのか、そしていかにチベット人が人権と宗教の自由を否定されているのかを語った。彼は、チベットにおいてチベット人のアイデンティティと文化の存在そのものが重大な危機にさらされていると述べた。

ウイグル、南モンゴル、香港の代表も、自国で起こっている弾圧と文化の抹殺について語り、高市議員の支援に感謝した。

高市早苗議員は、自由、民主主義、人権を大切にしていると語った。彼女は、日本と国際社会はいかなる地域でもこれらの基本的価値の侵害を許容しないと述べた。さらに、首相の座を勝ち取るかどうかにかかわらず、彼ら（チベット、ウ

イグル、南モンゴル、そして香港)の自由のための闘争を引き続き支援すると約束した。



連帯を表意する高市早苗議員と代表団。写真／ T.Sato

会議には、日本チベット国会議員連盟事務局長・長尾敬氏、自由民主党副幹事長・上野 宏史氏も出席し、自由インド太平洋連盟の石井英俊氏が司会進行を勤めた。チベット事務所事務局長代理のジグメ・ツェテンもアリヤ代表に同行した。

(翻訳：Sakura Nakayama)

テンド僧院での中国による逮捕劇の後、4人のチベット僧に 「極めて厳しい判決」

[2021年7月9日 レポート：ヒューマンライツウォッチの報告書]

亡命中のチベット人と連絡を取ったり、ダライラマ法王へ何らかの忠誠を示したチベット人を標的とした、中国政府による冷酷な弾圧と根拠の無い迫害がさらに増えてきている事が、ヒューマンライツウォッチ (HRW) による報告書で明らかになった。

この報告書によると、昨年中国当局は「チベット自治区（TAR）」にある僧院への暴力的襲撃のあと、このティングリ県のテンド僧院の4人の僧侶に対し長期懲役を申し渡した。

2019年9月にチョーギャル・ワンポ氏がラサのカフェに置き忘れた携帯をラサ当局が発見し、内容を確認したところ、含まれていたメッセージが違法とみなされた。襲撃はその直後に起きた。

メッセージによれば、46歳の僧侶でテンド僧院の管長であるチョーギャル・ワンポ氏は、ネパールに住むティングリ出身チベット人に送金をした。これは2015年の地震の余波による損失への救済金であった。ラサ警察はすぐにチョーギャル・ワンポ氏を拘束し、尋問した。暴行もしたとされる。



テンド僧院の僧侶が、不正な判決を受ける

勾留後、警察隊がラサからワンポ氏の地元であるダナック村まで派遣され、村と現地のテンド僧院が襲撃された。この結果、海外在住のチベット人とコンタクトを取った、ネパールに住むチベット人に対し地震救済金を送った、もしくはダライ・ラマ法王に関する写真を所有した、等の疑いにより、20人のチベット人が逮捕された。その後中国当局によって、僧院の僧侶と村民に対する連日の政治教育セッションが早急に開始された。

警察隊の襲撃の3日後、テンド僧院の僧侶でダナックの住人でもあるロブサン・ソパ氏は、当局による自身の家族とコミュニティへの扱いに対する抗議表明として、自害した。この後間もなく、この村に於けるインターネット接続は切断された。

HRWの報告によると、無裁判で拘留された僧侶達は、今後一切政治的行為に関わらないという誓約を行い数か月後に釈放されたが、僧院へ戻ることは許可さ

れなかった。

チョーギャル・ワンポ氏を含む4人の僧侶は2020年9月、シガツェ市の中級人民法院で容疑不明のまま秘密義に行われた裁判に於いて、極めて厳しい判決を受けた。チョーギャル・ワンポ氏は20年、43歳のロブサン・ジンパ氏は19年、襲撃で重傷を負った64歳のノルブ・ドンドゥプ氏は17年、36歳のガワン・イエシェ氏は5年の懲役を言い渡された。

「手元にある情報を見る限り、テンド事件の被告は、中国の法律を適用したとしても、いかなる重大な犯罪行為にも関わっていないと明言できる。」とHRWは言及した。

さらに、「チベット在住のチベット人は、普通政治的にセンシティブな発言を避けるが、一方で、日常的に携帯やテキストメッセージで他国の人々と連絡を取り合っている。それは現時点では中国の法律では禁じられていない。今回のような海外への送金も、モニタリングされているだろうが、中国の法律では、そこに詐欺のような具体的な犯罪、非合法組織へのコンタクト、分離主義の啓蒙、もしくは諜報などが含まれないかぎりには違法ではない、今回のケースは、その何れにも抵触していないとみられる。」とHRWは付け加えた。

4人のチベット人達を留置したことに加えて、警察は、彼らのIDカードを没収し、ウィチャットのアカウントが記録されているかどうか見るために彼らの携帯を調べた。

4人のチベット人達の両親や親戚たちは警告を受け、もし、また同じようなことがあったら責任を問うと言った。

ザト県は現在青海省の一部として統治されている。チベットのほかの地域同様、チベット人の人々は厳重な監視の下で暮らし、当局は、他人をスパイし情報を集めたものには、高額の奨励金を提供してきた。地元の当局は、そのようなスパイ行為は愛国的行為であると明言してきた。 (翻訳：のぶこ)

中国がザ・ウォンポ地区で、さらに8名のチベット人を勾留

[2021年9月7日]

国当局は、9月3日に、ザ・ウォンポ地区のガデン・シェドラブ寺院の6人の僧侶と、カム・ガルゼ地区（中国名：甘孜自治州）のセルシユル郡（中国名：石

渠県) ザ・ウォンポ町の2人の女性、合計8人のチベット人を、さらに逮捕した。先週金曜日のこの逮捕は、ダライラマ法王の写真を持っていたり亡命チベット人と連絡を取ったりしたと113人が、警察と軍関係者に逮捕・拘留された最近の2件の事例に続くものである。2週間で、ザ・ウォンポ町の中国当局は、僧侶と一般人の合計121人のチベット人を拘束した。今までのところ、4名(僧侶1名、



ザ・ワンポ地区

女性1名、男性2名)だけが釈放されたことがわかっている。しかし、残りの人達はセルシュル郡で勾留され続けている。

先週逮捕された8人の名前や詳細は、まだ公表されていない。情報筋によると、僧侶たちはそれぞれザ・メイ(ザチュカ低地)の警察や軍関係者の一団に連れ去られた。当局は、彼らの家を徹底的に搜索した後、彼らをセルシュル郡へ連行した。二人の女性もセルシュル郡へ連行された。

国連E U・人権デスク／中央チベット政権・情報・国際関係省より提出

(翻訳: のぶこ)

チベット・東トルキスタン及び香港における 中国による人権侵害に対し、米国が懸念を表明

[2021年7月27日 インド、ダラムサラ スタッフ・レポーター]

米務省のネッド・プライス報道官の発表によると、ウェンディ・ルース・シャーマン米務副長官は、7月25日から翌26日の中国訪問期間中に、チベット・東トルキスタン及び香港における中国による人権侵害に対し、懸念を表明しました。

シャーマン副長官による懸念は、王毅国務委員兼外交部長をはじめとする中国政府高官らとの会談中に表明されました。公式報道では次のように指摘されています。

シャーマン副長官は、米国の価値観や利益、同盟国やパートナーの価値観や利益に反して、国際的なルールに基づく秩序を損なう中国の様々な行動に対して懸念を示しました。特に、中国政府による香港での反民主主義的な弾圧、新疆ウイグル自治区で進行中の大量虐殺と人道に反する罪、チベットでの虐待、そしてメディアへのアクセスや報道の自由に対する制限について。さらにサイバー空間や台湾海峡、東シナ海、南シナ海での中国政府の行動に対して懸念を表明しました。

また、米務副長官は、河南省の洪水被害と人命喪失に対して哀悼の意を表しています。

米務副長官による懸念の表明に対して、中央チベット政権のペンパ・ツェリン主席大臣は、次のようにツイートしています。

「ウェンディ・シャーマン米務副長官が、中国外相との会談の中で、チベットで進行する中国による人権侵害に対して懸念を表明されたことを心強く思っています。中国の指導者が、この呼びかけを心に留め、チベットでのチベット人の60年の長きにわたる抑圧と苦悩に終止符を打つことを願っています。」

(翻訳：仁恕)



チベット文化とその平和貢献の可能性

[2021年8月25日 インド、ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ]

今朝、チベット・イニシアチブ・ドイツ（Tibet Initiative Deutschland）の事務局長であるテンジン・ツォヒバウアー氏は、「チベット文化とその平和貢献への可能性」と題する対話に臨まれるダライ・ラマ法王を歓迎した。このオンライン対話には、ドイツ、スイス、オーストリアの50人のチベット支援者やチベット人が参加しており、さらに世界中の大勢の方々がこの映像を見ていると、ツォヒバウアー氏は法王に説明した。



法王公邸での「チベット文化とその平和貢献への可能性」をテーマにしたオンラインによる対話で、ダライ・ラマ法王を歓迎するチベット・イニシアチブ・ドイツの事務局長、テンジン・ツォヒバウアー氏。2021年8月25日、インド・ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ（撮影：テンジン・ジャンベル／法王庁）

法王は、「ドイツの友人方との対話に参加する機会がいただけて、とても嬉しく思います」と応えられた。

「私は幼少の頃から、ドイツに対してある種の親近感を抱いていました。ドイツは、第一次と第二次、両方の世界大戦で敗北した国です」

「チベットには、アウフシュナイター氏とハラー氏という二人の訪問者がいました。彼らがドイツ語を話すので、私たちは彼らをドイツ人だと思っていましたが、実際にはオーストリア・ハンガリー帝国の人でした。私は、アウフシュナイター氏とは個人的な関係がありませんでしたが、ハラー氏とは友人になりました。ハラー氏は、私に英語を教えてくれた最初の人です。でも、後になってわかったことですが、ハラー氏の英語は実はとても下手であつたらしく、それが私のたどたどしい英語の始まりになってしまいました」

「前にもお話しましたが、核攻撃を受けた後、日本が敗戦し、ドイツも第二次世界大戦で敗れました。その結果、両国では強い平和運動が起きました。ドイツ人も日本人も真の平和を希求し、両国ともに、より平和な世界の構築に貢献してきました」

「チベット文化に関して述べるなら、私たちはもともと遊牧民であり、大変質素な生活を営んできました。そして7世紀に、ソンツェン・ガムボ王は中国の王女と結婚しました。ソンツェン・ガンボ王はチベットも独自の文字を持つべきだと考えましたが、中国語を手本とするのではなく、インドのアルファベットとデーヴァナーガリー文字を模範とすることを選びました」

「8世紀にチベットに仏教を伝えようとしたティソン・デツェン王もまた、中国ではなくインドに助けを求めました。当時、インドのナーランダー僧院は、最も有名な仏教の学びの拠点でした。そこでティソン・デツェン王は、ナーランダー僧院における最高の学者の一人であるシャーンタラクシタ（寂護）を雪の国チベットに招聘しました。シャーンタラクシタは、チベット人が独自の文字言語を持っていることを知り、インドの仏教文献をチベット語に翻訳するよう強く勧めました。その結果、チベット人とインド人の学者が協力して、仏陀の言葉を集めたもの（経典）を100巻、その後のインドの偉大な導師たちの解説書を集めたもの（論書）を200巻以上翻訳しました。これが、チベットの文化遺産の始まりです」

「私たちはインド人を自分たちの師匠だと思って尊敬しています。私は時々冗談交じりに、弟子だった私たちチベット人が今ではグル（師匠）になったと言ってインド人をからかうことがあります。私たちはそのようにして手に入れた仏教文献を大切にしてきたからこそ、今では、チベット仏教の伝統が最も包括的なものになっているのだと思います。私たちはナーランダー僧院の伝統に倣い、教えを受け入れる前に、その教えを分析し吟味しなさいという仏陀の忠告に従って、仏教の教えを徹底的に調べあげました。また、勉強のみならず、中国の禅の伝統も参考にしながら、瞑想にも取り組んできました」





「私が幼い少年だった頃から行ってきたことですが、私たちは主要な仏典を暗記することで勉強を始めます。しかし私たちのユニークな点は、仏典に書かれていることの意味を、厳密に論理的アプローチで精査することです。これは、パリ語や中国語の伝統にはない習慣です。私たちは、チャパ・チューキ・センゲによって確立されたチベットの問答のシステムを模範としています」

「先にも述べたように、最近では、多くの仏教学者との対話を行うことによって、チベット人が維持・保存してきたものが、最も包括的な仏教の伝統であると確信するようになりました。私たちは勉強のみならず、`シャマタ（「止」：一点集中の瞑想）、と`ヴィパッサナー（「観」：鋭い洞察力）、の瞑想方法も培っています。また、思いやりや慈悲の心を育むだけでなく、知性を働かせて事物を論理的に探究する方法も用いています」

「私たちには、慈悲の心を育み心の平和を得る方法を説明できるという能力があり、それは、世界平和の構築にも貢献できるということを意味します。たとえ宗教に興味がない人々であっても、心の平和を見いだしたいと願っています。心がかき乱されることにより、さまざまな問題に直面するのだということを学べば、その人たちにとっても役に立つことでしょう」

「私たちは母親の愛情に守られながら人生を始めます。それがなければ、私たちは生きてはいけません。母親が優しさと思いやりを注いで育ててくれることが、大人になってから他者を優しく思いやるための種を植える体験となるのです。しかし現代教育において、そのような前向きな感情が、心の平和や健康にどのように貢献するかについてはほとんど注目されていません。また、怒りが私たちの心をかき乱し、それがいかに私たちが生きる地域社会を混乱させているかについても明らかにされていません。心の平和を得るための方法を学ぶことは、全ての人々のためになることであり、チベット文化には、心に平和をもたらすための様々な方法が息づいています」

ここから法王は、聴衆からの一連の質問に答えられた。それらは、チベット語、ドイツ語、英語で質問され、中にはチベット文化をいかにしてチベット本土で維持していくことができるかという質問もあった。

法王は、中国が最初にチベットを占領した時、中国の指導者たちは強いイデオロギーに突き動かされていたと見ておられる。法王が毛沢東に最後に会見した時、その革命の指導者である毛沢東は法王の科学的気質を称賛したが、宗教は人民にとってアヘンであると主張し、法王をからかったことを思い出された。後年、人々の態度に変化が見られ、新たに仏教に関心を持つ中国人が増えてきた。

法王は、インドにいるチベット人がカンギュル（経典）とテンギュル（論書）

の資料をもとに編纂した『インド古典仏教における心の科学と仏教哲学』2巻の中国語訳を大学教授たちが入手したことを、中国の教育関係者の友人から聞いた。その教授たちは、チベット仏教がナーランダーの伝統を引き継ぐものであり、理由と根拠に根ざした科学的アプローチを取っていることが明らかであることを認めて驚いていたと報告された。

中国共産党はチベット仏教に対して最大限の圧力をかけたが、それを破壊することはできなかった。現在、チベット仏教は、中国だけでなく、世界中から関心を集めていると法王は述べられた。

ここで法王は、亡命してインドに着いた時、チベット人の子供たちにチベット語を教える学校の設立を提案したことについて説明された。インドのネルー首相は、それに全面的に協力してくれた。やがて、僧院の学習センターも再建され、今では、数千人の僧侶や尼僧が厳しい勉強をする機会を得ている。僧院に入りたいと希望する若いチベット人たちは、まずチベット語をマスターしなければならない。そうすることによって、学び、やがては学者になり、チベットの伝統を守っていく人材となることができるのである。

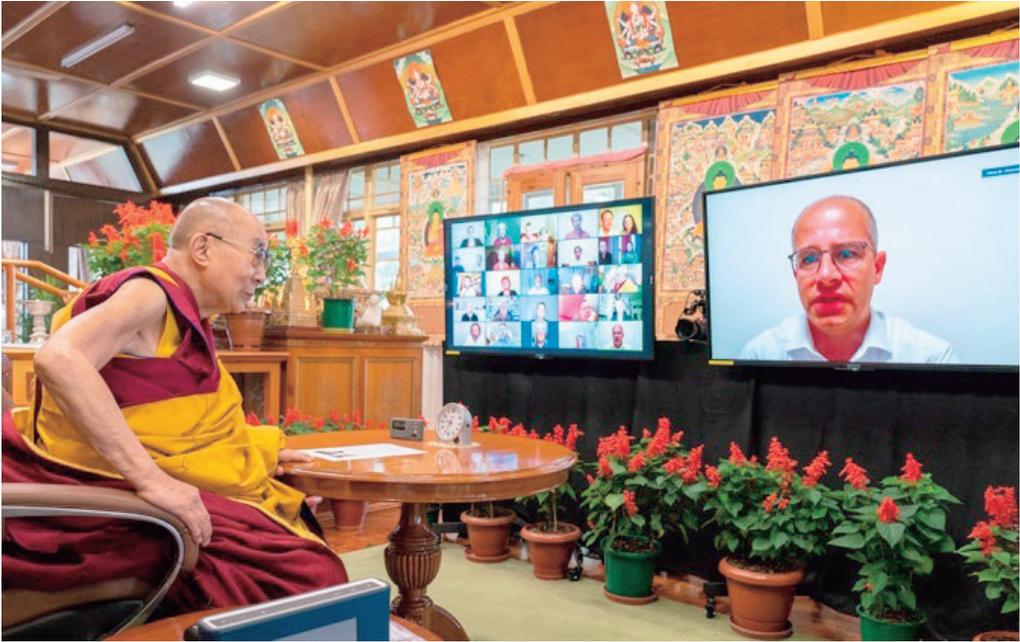
チベット人の居住する場所がどこであろうとも、彼らがチベット語の書き方や話し方を習得できる場を提供できるよう努力していると法王は述べられた。同様に、ヒマラヤ地域では、僧侶だけでなく、在家の人々であっても老若男女を問わず学ぶことができ、問答の実践も行えるような取り組みがなされている。

世界平和のための活動について、法王は、世俗的なアプローチを取ると断言された。個人や家族、地域社会が幸せになるための鍵となる要因は、心に平和を見出すことであり、その基盤となるのが慈悲や思いやりの心である。

チベット仏教の存続と発展について、法王は、歴史的に中国は仏教国であったことを繰り返し述べられた。最近では、仏教が哲学・論理学・心理学などの範疇において何を語っているのかということに対する関心がますます高まってきている。例えば、量子物理学に関連する観測結果と仏教思想がどう対応しているかに注目することは、参考になるのではないかと法王は感じておられる。

法王は、中国共産党の力が強まっていることに関する質問に対して、これは複雑な事であると述べられた。中国がどんなに強大になろうとも、世界の一部であることに変わりはなく、他の国々と平和的に共存していかなければならない。また、隣り合わせであるインドと中国は、お互いに協調していかなければならない。台湾に関する質問については、政治的に複雑であるかもしれないが、中国の文化遺産が台湾という島において純粹に保持されているのは事実である。

「政治的には狭い視野から見た決定がなされるかもしれませんが、長期的には



法王公邸から行われた「チベット文化とその平和貢献への可能性」のオンラインによる対話で、モニターを通して法王に質問するチベット支援者のメンバー。
2021年8月25日、インド・ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ（撮影：テンジン・ジャンベル／法王庁）

中国は近隣諸国と共存していかなければなりません。事物は変化し、ある意味、人々は以前よりもオープンで現実的になってきています」と法王は述べられた。

気候変動や新型コロナウイルスの世界的大流行などの深刻な問題について、人々はどのようにして正しい情報を得ることができるのかと尋ねられた法王は、「ほとんどの人々が孤立していた過去においては、何が真実かを知るのは困難だった。近年は、携帯電話やインターネットの普及により無尽蔵の情報源があり、何が真実であるかを慎重に見極める必要がある」と述べられた。気候変動に関して言えば、このままではあらゆる場所で水源が枯渇してしまう。チベットの河川が干上がれば、その土地はアフガニスタンの砂漠のようになってしまうとも言われている。

俄かには信じがたい話だが、北極や南極の水河が溶ける融解速度を見ると、チベットの状況も同様に深刻だと思われる。グローバルな問題にはグローバルな解決策が必要である。過去には、自分たちの地域の問題だけを考えていればよかったのかもしれないが、これからは世界全体のニーズを考慮しなければならない。

人々が洪水や山火事などの被害に遭った時、その人たちに対して私たちの気持ちを伝え、出来る限りの支援をすることが大切であると法王は述べられた。被害



2日間の法話会初日にチャンドラキールティの『入中論自註』を読み上げられるダライ・ラマ法王。2021年9月8日、インド、ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ（撮影：テンジン・ジャンペル／法王庁）

に遭われた方々に、「あなた方は忘れられていないのですよ」と伝えることが極めて重要である。それと同様に、人類が一つの間人家族であるということも忘れてはならない本質である。

チベット文化をどのように保存できるかという質問に戻ると、それに関心を持つことが現実的なステップであると法王は示唆された。チベット人のために習慣を維持することはもちろんのことだが、文化的伝統が伝える知識を維持するためにもチベット文化を保存する必要がある。チベット文化が有用で有益なのは、心の平和を養うための方法があり、それによって世界の平和に貢献することができるからである。

テンジン・ツォヒバウアー氏は、助言をいただいた法王や、対話に耳を傾け質問してくれた聴衆、同時通訳を行ってくれた通訳チームに感謝した。ツォヒバウアー氏はチベット・イニシアチブ・ドイツの会長であるヴォルフガング・グラデーア氏を招き、一言ご挨拶するようお願いした。グラデーア氏は、2018年にダラムシュタットのイベントで最後に法王にお会いした時のことを振り返り、新型コロナウイルスの世界的大流行の影響で、それ以降、そのような会合ができないことを残念に思っている。そして、お時間をいただいた法王に感謝し、法王の力と

健康、長寿を祈願した。最後に聴衆に向かって、チベットのため、人権のため、世界の平和のために活動しようと呼びかけた。

法王は「ありがとうございます。またお目にかかりましょう」と述べられ、対話を締め括られた。

<http://www.dalailamajapanese.com/>

『菩提道灯論』法話会 初日

[2021年7月13日 インド、ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ]

今朝、グライ・ラマ法王がネット中継の行われる法王公邸の居室に到着し着座されると、ラダック仏教協会（Ladakh Buddhist Association）のトゥプテン・ツェワン会長は五体投地を行ったあと、本日の法話会についての経緯を簡単に紹介した。

トゥプテン・ツェワン氏は、2019年と2020年の2年間、法王がラダックを訪問することができず、仏教徒、非仏教徒を問わず、法王を慕う人々がお目にかかれなかったことを残念に思っていると述べた。それゆえ、今年こそは法王にラダックを訪問していただきたいと要請したが、またしても新型コロナウイルスの世界的大流行とそれに伴う制限のため、今年も実現できなかった。

そのため、ティクセ・リンポチェとラダック仏教協会、そしてラダック僧院協会（Ladakh Gonpa Association）は、インターネットを介したオンラインによる法話会を法王に依頼したのである。

それに対して、法王は次のように応じられた。

「そこで今日、ラダックの信心深い在家信者と僧侶の皆さんに、『菩提道灯論』の教えを説くことを喜んで承諾しました。チベットにおける仏教の普及は、前伝期と後伝期に分けられます。後伝期のある時期、ラン・ダルマ王の破仏により仏教は衰退しましたが、西チベットの王が仏教を復活させ、保存するための対策を講じました。そして、インドからアティーシャをチベットに招聘し、チベット人のために短いテキストを作ってほしいと依頼しました。アティーシャはその依頼を喜んで受け入れ、『菩提道灯論』の第1偈に“善き弟子チャンチュプ・ウーから請願があったので”とあるように、シャンシュン王国の都トリンでこのテキストを書かれました」

「やがて『菩提道灯論』は、サキヤ派の『道果説』に影響を与えました。またそれは、ゲルク派の始祖ツォンカパの『菩提道次第広論』の源であり、カギユ派のガンポバ（ダクポ・ハジェ）の『菩提道次第・解脱莊嚴』にもインスピレーションを与えました」

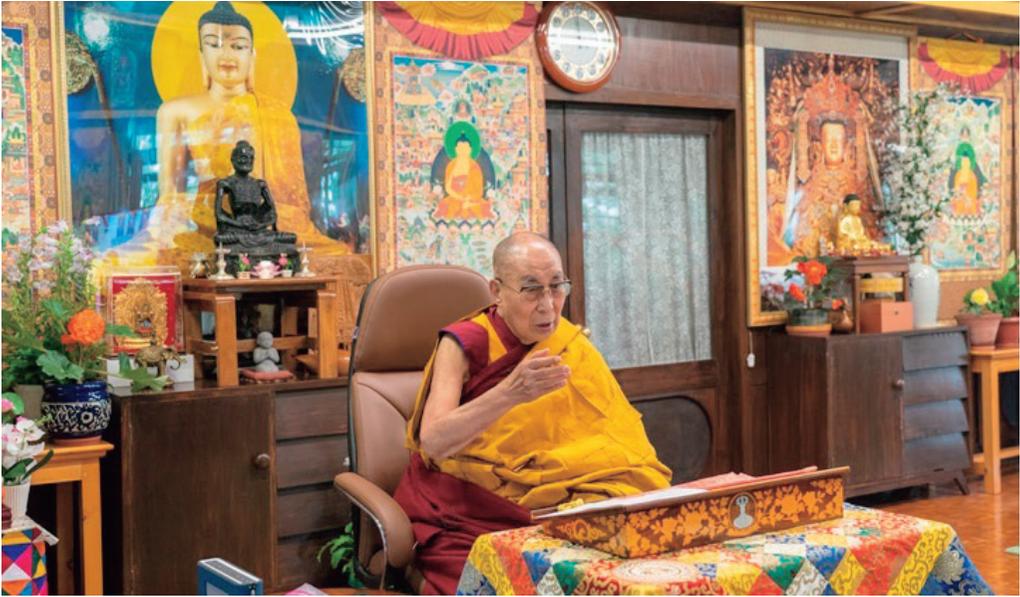
「明日は、釈尊の初転法輪を記念する日であり、パーリ語とサンスクリット語の両方の伝統によって尊重される日でもあるため、発菩提心の儀式を執り行います」

「私は、タクダ・リンポチェ、リン・リンポチェ、ティジャン・リンポチェ、そしてクヌ・ラマ・リンポチェ・テンジン・ギャルツェン師から『菩提道灯論』の伝授を授かりました。『菩提道次第（ラムリム）』と『心の訓練（ロジョン）』は、私の日々の修行に役立っています。さらに、秘密集会（グヒヤサマージャ）、勝樂（チャクラサンヴァラ）、ゲルク派の伝統に属する金剛怖畏（ヤマーンタカ）、サキヤ派の伝統に属するヘーヴァジュラ（呼^{ここんごう}金剛）、ヴァジュラヨーギニー（金剛瑜伽女）の修行も毎日実践しています。このようにして、インドに起源を持つ広大なる方便の修行と空性について説く深遠なる智慧の修行という二つの相承の系譜に加えて、体験に基づく加持の系譜など、それらを私はすべて維持しているのです」

「サンスクリット語で、`ボーディ・パタ・プラディーパ（『菩提道灯論』）、というこのテキストのタイトルは、仏教を学ぶ者たちの心に習^{しつけ}気を残すためと、インドへの感謝のしるしとしてサンスクリット語が付けられています。そして次に、知識と智慧の体現者である文殊菩薩への礼拝の言葉が述べられています。私はクンブ僧院の近くで生まれ、幼い頃から人々が五体投地を行い、`オーム・アラ・パツァ・ナディ、という文殊菩薩の真言を唱えているのを見ていました。ラサに来てからは、私自身もその習慣を実践し、それが無知の闇を払拭するのに役立つと確信しています」

そして法王は、『菩提道灯論』のテキストは体系的に修行する初心者のためのものであると指摘されている。このテキストでは人々を、下士（初級の修行者）、中士（中級の修行者）、上士（上級の修行者）という3種類の修行者に分けて説明している。他者を救いたいという思いによって悟りを得ようとする者は、すぐれた能力を持つ上士と言われる。『菩提道灯論』の第5偈でアティーシャは、`自分の心の連続体にある苦しみ〔を認識すること〕により、他者の全ての苦しみを完全に滅することを望む者が最もすぐれた者（上士）である、と書かれている。

それらの修行方法には、七つの行（礼拝・供養・懺悔・随喜・請願・祈願・廻向）や、仏・法・僧の三宝に帰依することなどが含まれている。次に弟子たちは、



法王公邸から行われた2日間のオンライン法話会の初日に説法をされるダライ・ラマ法王。
2021年7月13日、インド・ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ（撮影：テンジン・ジャンペル
／法王庁）

有情の苦しみを考えて、すべての有情をその苦しみから解放するために一切智の境地に至ろうという思いを起こすよう促される。

法王は、アーリヤデーヴァ（聖提婆）による『四百論』の次の偈を引用された。

からだにはからだの知覚能力が行き渡っているように無知はすべて〔の煩惱〕に存在しているゆえにすべての煩惱は無明を晴らせば克服できるすべての煩惱は、事物が実体を持って存在するという誤解から生じる。しかし観察と分析を重ねれば、他の原因や条件に依存することなく、それ自体の力によって存在しているものは何一つなく、すべては他の要素に依存して存在しているということが理解できる。また、たとえ煩惱の障りを克服したとしても、所知障（一切智の境地に至ることを妨げている障り：煩惱が残した微細なレベルの汚れのこと）の痕跡が残る。それらの障りを取り除かなければ、すべてをありのままに知ることはできない。

次に第12偈では、仏陀の境地に至ろうと希求する心を育むための資質は、『華嚴經』^{にゅうほっかいぼん}（入法界品）の中でマイトレーヤ（弥勒）がよく説明されている。そのような心を起こすことの福德は、『^{むいじゆしよんだいじょうきょう}（「無畏授所問大乘經」）に明らかにされている（第14偈）。

^{はらだいもくしゃ}波羅提木叉の戒律（人々を解脱に導く7つの戒律）のいずれかは、菩薩戒を受



『入中論』の法話会2日目、モニター越しに参加したアジアの仏教徒たちにオンラインで説法をされる
ドライ・ラマ法王。

2021年9月9日、インド、ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ（撮影：テンジン・ジャンペル/
法王庁）

戒するために前もって必要とされる戒律である。テキストには、正しい資格を持つラマから菩薩戒を授けてもらうよう言及されている。しかし、そのようなすぐれたラマを見つけることができなかつた場合は、守護尊の前で嘆願することもできる。法王は、そのような伝統が衰退したため、ブッダガヤの釈迦牟尼像の前で再び戒律を授かることにより、伝統を復活させたと述べられた。

アティーシャは、『文殊師利仏国土莊嚴經』に記されている文殊菩薩の体験を引用して、「私は清らかな行いをして、不徳の行いと欲望を捨て、戒律を守ることを喜び、三学の修行を実践するならば、より成長することができるだろう」（第28偈）と述べている。また神通力の必要性についても言及されており、これは他の有情たちの資質を直感で見抜き、その人のために働く能力である（第34偈）。一切智の境地を得るための二つの資糧を積み、早く修行を完成させたい人は、怠惰でなく、努力によって神通力を成就するだろうとも書かれている（第35偈）。

法王はここで今日の法話を終え、明日はテキストの止（シヤマタ）の成就について説明されているところから再開し、テキストを読み終わると述べられた。次に法王は、若いラダックの学生たちとの質疑応答のセッションに移られた。

最初の質問は、菩提心を生起するための「因と果の7段階の教え」に取り組む

には、前世と来世を信じる必要があるのかどうかというものだった。法王は、7つの段階の最初には、他の有情がかつては私たちの母であり、その時に受けた深い恩を思い起こす必要があり、前世と来世を信じることの必要性に同意された。また法王は、前世と来世が存在するという見解を支える理由と根拠を検証することも一つの方法となるであろうと述べられた。

菩提心を育むためのさらに強力な方法は、シャーンティデーヴァ（寂天）が提唱した自分と他者を平等とみなし、自分と他者の立場を入れ替えて考えるという方法である。法王は、「他者を助ければ助けるほど、あなたの心は穏やかになるでしょう。また、他者との関係において為してしまった悪行の結果も克服することができますでしょう。優しさや思いやりの心に慣れ親しむことで、心の平安が得られ、さらに幸せになり、身体の健康も向上するでしょう」と述べられた。

次に、なぜ密教（タントラ）を学ぶ前に顕教（スートラ）を学ばなければならないのかという質問に対して、法王は、それは現実的な順序だからであると答えられた。まず顕教の道を歩んで菩提心を育み、空を理解することからはじめる。それなしには、密教の修行をすることはできない。釈尊は、初転法輪で四聖諦について説き、その後、第二法輪で智慧の完成（般若波羅蜜）について説かれた。そして第三法輪では、主体者の心の光明について説き、それに基づいて弟子たちを密教に導くという順で教えを説かれたのである。

悟りを開かれた後、釈尊は次のように考えられたと伝えられている。

甚深にして寂靜、戲論を離れ、無為である光明

そのような甘露のごとき法を私は発見した

しかし、これを説いても誰も理解できないだろうから

私はこの森に留まって沈黙を守ろう

〘無為である光明、とは、主体者の心の光明を指していると理解できる。死に直面した時、八十の自性を持つ分別の心という粗いレベルの意識が、真白に顕れる心（顕明）、真赤に輝く心（増輝）、真黒に近づく心（近得）という三つの顕現を経て、最も微細なレベルの死の光明の心へと溶け入っていく、と法王は付け加えられた。前述の偈の一行目は、体系的な菩提への道を示していると理解できる。

チベット仏教の信者たちは、仏陀の教え全体を包括する伝統に関与していると法王は述べられた。ソンツェン・ガムポ王の時代に中国人仏教徒がチベットにやってきたが、彼らは対象を分析するという方法に関心がなかった。その後、仏教王ティソン・デツェンは、人間の知性を最大限に活用することが重要だと考え、

仏教を確立するために博学な哲学者であり認識論者であるシャーントラクシタ（寂護）をチベットに招聘した。シャーントラクシタは、中観の見解とともに論理学や認識論の重要性を明らかに示し、聞・思・修（教えを聞き、それについて何度も熟考し、確信を得たことを冥想して心に馴染ませる）という修行をするように勧めた。

次の質問者は、テキストの以下のくだりについて質問した。`ある人は、最短で悟りを得ようとするのではなく、一人の人間のためだけに最後まで輪廻にとどまろうと考え、またある人は、すべての有情のためにできるだけ早く仏陀の境地に至ろうと考えるのは何故でしょうか？、それに対して法王は、他者の利益を最優先することが重要であると答えられた。それが意図することは、自分のためではなく、他者を利益するために自分が仏陀の境地に至ろうと考えることである。法王は続けて、人々を最大限に助けるために他者の関心や気質を判断することのできる神通力を持つことが極めて重要であると述べられた。

例えば、空の意味を誤解して、何も存在しないことだと解釈する人々がいる。仏教の修行における土台・修行道・結果について馴染みがない者は、色即是空、空即是色と説かれている空について聞いた時、これは虚無論であると結論づけてしまう。釈尊は、悟りを開いてからすぐに空の教えを説かれたわけではなく、まず四聖諦（四つの聖なる真理）の教えを説き、苦しみについて知り、苦しみの原因を克服すべきであると述べられた。そして、修行の道を歩んだ結果として、苦しみを完全に知ったので再び知る必要はない、とその結果を詳しく述べられたのである。

釈尊は、初転法輪で四聖諦について説かれた時、`これを説いても誰も理解できないだろう、と空についての教えは明確には説かれなかった。しかし後に、弟子たちがより成熟し、教えを受け入れる準備が整った時、^{りょうじゅせん}靈鷲山における第二法輪の般若波羅蜜（智慧の完成）の教えにおいて、空について詳しく説明された。その後、ヴァイシャーリーでの第三法輪において、『如来蔵経』の中で明らかにされている光明の心である仏性について明らかにされた。

法王は、世界のさまざまな宗教的伝統すべての良い点を一つの精神的伝統に統合できるかどうかについての質問に対しては言及されなかったが、法王は、この世の創造主としての神を信じる伝統もあれば、そうでない伝統もあることを認め、哲学的見解の違いはあるが、すべての宗教が思いやりとやさしさの重要性を説いていると語られた。すべての宗教は、温かい心や愛、慈悲心を持つことに関して共通しているだけでなく、信者に対し、他者を傷つけず助けるようにと教えている。仏教においての慈悲とは、他者を苦しみから解放したいと願うことである。



法王公邸で行われたオンライン法話会で、ダライ・ラマ法王の後ろに飾られた供物。
2021年7月13日、インド、ヒマーチャル・プラデーシュ州ダラムサラ（撮影：テンジン・ジャンペル／法王庁）

ここで、テキストの20偈で述べられている波羅提木叉の戒律が、菩薩戒を授かるための土台となるかどうかについての議論がなされた。法王は、波羅提木叉の戒律は資格を持ったラマから授かるが、菩薩戒は、仏陀や菩薩たちを観想することも授かることができると述べられた。

ここで法話会が終了し、ラダック語で廻向の偈が唱えられた。法王は微笑んで、モニターに映し出された聴衆に向かって「また明日会いましょう」と述べ、今日の法話を締め括られた。

『菩提道灯論』法話会 2日目

法話会 2日目は当事務所のHPをご覧ください

▶ https://www.tibethouse.jp/news_release/2021/20210714_hhdl.html

ダライラマ法王庁の日本語HPはこちらをご覧ください。

▶ <http://www.dalailamajapanese.com/>

TIBET CAFE

みなさま、いつも心のこもったメッセージと御支援を
ありがとうございます!

■ 『チベットカフェ』 ってなに？

「チベットカフェ」という名称で、チベットハウスの活動への寄付を受付けています。

コーヒー1杯分から任意の金額で、喫茶店でお茶を飲むように、気軽にご寄付していただければと思います。

■ 『チベットカフェ』 の参加方法

(郵便振替口座) 東京00100-1-89768 チベットハウス

郵便振替用紙の通信欄に「チベットカフェ」と明記してメッセージをお書き添えいただき、上記の口座に任意の金額をご寄付ください。(必ず「氏名」に「フリガナ」をつけてください) メッセージとお名前のイニシャルだけチベット通信に掲載します。特にメッセージがなければフリーチベットにさせていただきます。

■ 『チベットカフェ Season's Message』 ありがとうございました。

- ✓ フリーチベット。MS/Osaka / フリーチベット。UK/Osaka
- ✓ フリーチベット。KD/Tokyo / フリーチベット。MI/Hiroshima

※これまで使用しておりました幣事務所アドレス lohhd1@tibethouse.jp は、現在使用しておりません。ご連絡はこちらのアドレス tibethouse.jp@tibet.net までお願いいたします。

チベットハウスジャパンがチベット語講座を開始



2021年8月7日（土）、チベットハウス・ジャパンは、3ヶ月間の「チベット語土曜講座」を開講しました。会場での受講者数は限定し、受講者は主にオンラインで参加しています。昨年は、コロナウイルスの大流行により、語学講座が実現できませんでしたが、今年は、各方面からの要望に応じてオンラインで開催し、参加人数を最小限に抑えました。

合計約30名の参加者は、島根県や沖縄県など、日本各地からオンラインで毎週参加しています。会場での出席者は10名以下とし、新型コロナウイルス対策を徹底しています。

代表の T. G. アリヤ博士は、受講者を歓迎し、チベット語に興味を持ってくれたことに感謝しました。この会話・読み書きのクラスは、チベットの精神主義と知恵の世界への大きな扉を開くことになるだろうと述べました。

「言語は、他国の文化や伝統を理解するための重要な手段です。チベットハウスは、この語学教室を通じて、チベットの歴史や精神文化のさまざまな側面を伝え、共有することに努めます。」と語りました。

生徒たちは、新型コロナウイルスの問題があってもかかわらず、チベット語講座に参加できたことを喜んでいました。この授業を通して、チベットとその豊かな精神文化についてもっと知りたいという声もあります。代表・アリヤ博士は、事務局長代理・ジグメ・ツェテンと2名のボランティアスタッフの協力を得て、語学講座の企画・運営を行っています。

——チベットハウス・ジャパンによる報告

チベットハウス会員制度ご入会案内 / 会員募集中

会員特典

チベットハウスにご入会いただくと、さまざまな特典をご利用いただけます。

- 会員向け季刊誌「チベット通信」の無料定期配布（年4回予定）
- ダライ・ラマ法王来日情報等のご案内
- ダライ・ラマ法王来日講演のご優待
- 弊事務所主催の各種イベントの割引（1割から2割）
- 弊事務所チベット図書室の貸出サービス

会費について

入会費：3,000円 / 年会費：5,000円（※毎年4月に更新手続きをして頂きます。）

初年度合計：8,000円

ご入会方法：チベットハウス入会ご希望の方は、ゆうちょ銀行「郵便振替用紙」の通信欄に「チベットハウス入会希望」とご記入のうえ、お名前 / フリガナ（フリガナは必須です） / ご住所 / 電話番号 / メールアドレス を明記していただき、入会費及び年会費合計の8,000円をお振込ください。

お振込先

ゆうちょ銀行 郵便振替口座

口座記号番号：00100-1-89768

加入者名：チベットハウス

※尚、銀行振込でのご入会は扱っておりませんので、ご了承ください。

チベットハウス会員更新方法

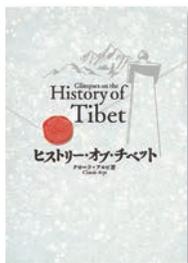
チベットハウス更新ご希望の方は、郵便振替用紙の通信欄に「チベットハウス更新希望」とご記入のうえ、年会費の5,000円をお振込ください。

お問合せ電話：03-5988-3576 FAX：03-3565-1360

Email：tibethouse.jp@tibet.net

2年間、年会費のご入金が確認できない場合は、退会の扱いとさせていただきます。ご了承ください。

チベットについての出版物 Books on Tibet



ヒストリー・オブ・チベット History of Tibet

クロード・アルピ著 (Claude Arpi) 販売価格：1,000円

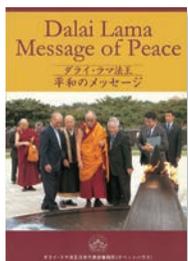
著者のクロード・アルピ氏によるチベット史の歴史をもとに作られた本書「Glimpses on the History of Tibet」は、絵や写真を通じて世界で最も高い場所の始祖神話から近代以降の苦闘までのチベットの多彩な文化、政治、宗教をまるで旅するかのように体験できる本です。



希望 チベット亡命50年 Tibet Exile 50

販売価格：1,000円

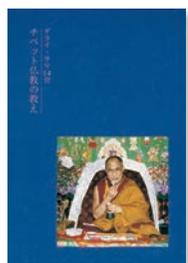
ダライ・ラマ法王台湾事務所によって発行された「Tibet Exile 50」の邦訳版。中国によるチベット占領、ダライ・ラマ法王の亡命、そしてインドでの中央チベット政権再建から、2009年で50年という月日が経過した。その50年間の記録を、オールカラー写真とわかりやすい解説を通じて紹介。



ダライ・ラマ 平和のメッセージ

販売価格：1,000円

ダライ・ラマ法王の世界平和や地球環境問題に関する思想や見解を掲載。「思いやりと個人」、ノーベル平和賞受賞のスピーチや講演、「普遍的責任と環境」等、ダライ・ラマ法王の非暴力の精神を理解するための鍵となる内容。



ダライ・ラマ14世 チベット仏教の教え

販売価格：1,000円

1995年のダライ・ラマ法王来日における法話集。仏教一般、特にチベット仏教の基本的な教理と実践の他、「人類の未来と人間の心」、「日本人々へのメッセージ」を掲載。



チベット語と日本語 英会話の本

アリヤ・ツェワン・ギャルポ著 販売価格：1,000円

チベット語と日本語を学びたい人々にとって、非常に簡潔で使いやすい会話の手引書になっています。著者が自らの経験をもとにして、日常会話の中で頻繁に使う言葉や語句を中心に書いた本です。

お問合せ電話：03-5988-3576

Email: tibethouse.jp@tibet.net