

## 訳者からひとこと

ここに収められた「法句経」は、『ダンマパダ』(Dhammapada)とも言われ、その語義は「真理の言葉」といった意味である。「スッタニパーダ」と共に最も古い原始仏典の一つで、釈尊によって説かれた言葉が、後世の装飾の影響を殆ど受けることなく採録されているという点で、仏教徒ならば誰しも尊重せねばならない経典の一つであると言えよう。たとえるならば、キリスト教における Bible の如き位置づけであると言ってよいと思う。

「法句経」については中村元氏のパーリー語からの翻訳を始め、多くの優れた先人達の業績が残されている。したがってこの小冊子のような英語からの不完全な抄訳が、学問上で何かの役に立つということはまったく考えられない。(しかも翻訳者の英語の能力が高校生程度であるのだからなおさらである。)

しかし本冊子の長所を一つ挙げるならばそれは「無料」ということである。著作権は Free であるから、コピーも頒布も OK、どこかに転載しても OK だし、もっとよい内容に改変しても勿論 OK。いちいち許諾を当方に求める必要はない。これは暇に飽かせて作成した私家版の冊子なのだから、大げさなものではない。もし何かの機会に利用して下さるのなら、それだけで訳者としては望外の幸せなのである。

末筆になったが中村元氏等の、先行の優れた訳を参考にさせて頂いた。感謝に堪えない。また英文の入力作業を手伝ってくれた当店店員の T 君にもこの場を借りて御礼申し上げたい。

平成二十三年九月吉日

板橋の印章店店主 天丸 (訳者)

凡例

1. 本冊子は「法句経」(Dhammapada)の英文と和文の対照したものである。
2. 和訳は逐語訳よりも、むしろ「意識」を心がけた。
3. 難解な語句などの一部に※印を付け、注釈を施した。
4. 訳者の無知のため、思わぬ誤訳があるかもしれない。ご寛恕を乞う。
5. 英文については種本(底本)があるが、これはわが国の明治期以前の大変古い本であり、著作権については問題ない。

## 目次

1. 相似詩	The Twin-verses.	7
2. 思慮	Thought.	11
3. 花	Flowers.	17
4. 愚人	The Fool.	23
5. 賢人	The Wise Man.	29
6. 尊者	The Venerable (Arhat).	35
7. 惡	Evil.	39
8. 應報	Punishment.	49
9. 老年	Old Age.	53
10. 自己	Self.	57
11. 現世	The World.	61
12. 佛陀	The Buddha (The Awakened).	68
13. 幸福	Happiness.	71
14. 快樂	Pleasure.	75
15. 瞋毒	Anger.	80
16. 罪垢	Impurity.	85
17. 學士	The Learned.	91
18. 仙道	The Way.	95
19. 雜題	Miscellaneous.	101
20. 象	The Elephant.	105
21. 執心	Thirst.	112
22. 比丘	The Bhikshu.	115

# 相似詩

The Twin-verses.

## The Twin-verses.

All that we are is the result of what we have thought: it is founded on our thoughts: it is made up of our thoughts. If a man speaks or acts with an evil thought, pain follows him, as the wheel follows the foot of him draws the carriage.

All that we are is the result of what we have thought: it is founded on our thoughts, it is made up of our thoughts. If a man speaks or acts with a pure thought, happiness follows him, like a shadow that never leaves him.

## 相似詩

ありとあらゆる<sup>ものごと</sup>物事は  
私たちの思いの結果生じる。  
思いに<sup>よ</sup>因らぬことはなく  
思いに<sup>な</sup>成らぬものもない。  
悪い思いからなされる言行に  
かならず苦痛が付きまとうことは  
車を引いてゆく人に  
車輪がしたがうごとくである。

ありとあらゆる<sup>ものごと</sup>事物は  
私たちの思いの結果生じる。  
思いに<sup>よ</sup>因らぬことはなく  
思いに<sup>な</sup>成らぬものもない。  
正しい思いからなされる言行に  
かならず幸福が付いてくるのは  
私たちの足下の影<sup>かげ</sup>がいつも  
離れず付いてくるのと同様である。

思 慮

Thought.

## Thought.

As a fletcher makes straight his arrow, a wise man makes straight his trembling and unsteady thought, which is difficult to keep, difficult to turn.

Those who bridle their mind which travels far, moves about alone, is without a body, and hides in the chamber (of the heart), will be free from the bonds of Mâra (the temper).

As rain breaks through an ill-thatched house, passion will break through an unreflecting mind.

As rain does not break through a well-thatched house, passion will not break through a well-reflecting mind.

## 思 慮

職人が矢をつくる際に

かならず真っ直ぐに作るように

かしこい人はおのずから

こころのゆがみを正しく整える。

出るのも入るのも定まった形がなく

迷う心はまるで暴れ馬。

それをしっかり繋ぎ止める人こそは

悪魔なわめの縲縛をのがれることができる。

しりょ思慮のない人のこころねは

麁あら悪く茸ふいた草家根くさやねが

雨によって破れるようなもので

煩惱ぼんのうの障さわりをなしやすい。

思慮ある人のこころねは

厚ふく茸ふいた萱屋根かやが

雨に破れないのと同様

煩惱さわも障りをなし得ない。

If a man's thoughts are unsteady, if he does not know the true law, if his pence of mind is troubled, his knowledge will never be perfect.

Before long, alas! this body will lie on the earth, despised, without understanding, like a useless log.

Whatever a hater may do to a hater, or an enemy to an enemy, a wrongly directed mind will do us greater mischief.

Not a mother, not a father will do so much, nor any other relative; a well-directed mind will do us greater service.

おもいは常に定まることがない  
真<sup>ま</sup>実<sup>こと</sup>の法<sup>のり</sup>を知らないために  
心が安らかでない人は  
智<sup>ち</sup>慧<sup>え</sup>が成<sup>じょう</sup>就<sup>じゅ</sup>することはない。  
ああ悲しい！ この身は遠からず  
ついに地上によこたわり  
いやしめられながら意識もなく  
朽<sup>く</sup>ちてゆく、木<sup>こ</sup>株<sup>かぶ</sup>のように。

おもいは常に定まることがない  
真<sup>ま</sup>実<sup>こと</sup>の法<sup>のり</sup>を知らないために  
心が安らかでない人は  
智<sup>ち</sup>慧<sup>え</sup>が成<sup>じょう</sup>就<sup>じゅ</sup>することはない。  
ああ悲しい！ この身は遠からず  
ついに地上によこたわり  
いやしめられながら意識もなく  
朽<sup>く</sup>ちてゆく、木<sup>こ</sup>株<sup>かぶ</sup>のように。



花

Flowers.

## Flowers.

He who knows that this body is like froth,  
and has learnt that it is as unsubstantial as a  
mirage, will break the flower-pointed arrow of  
Mâra, and never see the King of Death.

As the bee collects nectar and departs  
without injuring the flower, or its colour and  
scent, so let the sage dwell in his village.

Not the perversities of others, not their  
sins of commission or omission, but his own  
misdeeds and negligences should the sage take  
notice of.

## 花

この身は浮漚蜃楼のように  
実態のないものと知る人は  
悪魔の花箭かぜんを折り捨てて  
閻魔えんまに会うことはない。

※愛着あいじゃくの神が花の箭やで人を射て迷わすということがある

蜂はちが花蜜かみつを集めても  
花の色香をそこなうことはない  
かしこい人が世すに棲む様は  
この蜂のごとくであれ。

ひとのあやまちおこたりと  
ひとの罪つみを問うことなく  
自分自身のあやまちやおこたりに  
聖人はこころを用いるのである。

Like a beautiful flower, full of colour, but without scent, are the fine but fruitless words of him who does not act accordingly.

But, like a beautiful flower, full of colour and full of scent, are the fine and fruitful words of him who acts accordingly.

The scent of flowers does not travel against the wind, nor (that of) sandal wood or of a bottle of Tagara oil; but the odour of good people travels even against the wind; a good man pervades every place.

言葉は巧みに飾っても  
おこないが相応しない人は  
色のみあだにうるわしい  
香りのない花に似ている。

言葉も正しくおこないも  
共に相応する人は  
色ある花にすばらしい  
香りの添うようなものである。

梅檀の香りも花の香りも  
風に逆らっておうことはないが  
ただよきひとの徳の香りは  
随所に巡り、至らぬところがない。

愚人

The Fool.

## The Fool.

Long is the night to him who is awaked;  
long is a mile to him who is tired; long is life to  
the foolish who do not know the true law.

“These sons belong to me, and this wealth  
belongs to me,” with such thoughts a fool is  
tormented. He himself does not belong to  
himself; how much less sons and wealth?

The fool who knows his foolishness, is wise  
at least so far. But a fool who thinks himself  
wise, he is called a fool indeed.

## 愚 人

目覚めるものには夜は長く  
疲労れるものには路は遠い  
「つねなき世」と知らぬ愚人は  
命を長いものだと思う。

妻子貨財も自分のものと  
思い悩むことこそ愚かである  
自分自身さえ自分のものではないのに  
どうして所有のものがあるろうか。

愚人でも自らの愚を知るものは  
いささか賢なるところがある  
愚人がみずからを賢となす  
これこそまことの愚人である。

Fools of little understanding have themselves for their greatest enemies, for they do evil deeds which must bear bitter fruits.

As long as the evil deed done does not bear fruit, the fool thinks it is like honey; but when it ripens, then the fool suffers grief.

道にわきまえない人は  
みずからを自分の敵となしている  
なぜなら、彼らはよからぬ業わざを行って  
苦しい報いを受けるからである。

悪業あくごうもその果かを得ぬうちは  
それを蜜のごとくにおもいなすが  
その果熟するときに至り  
はじめて愚人は悲しむのである。

賢 人

The Wise Man.

## The Wise Man.

Do not have evil-doers for friends, do not have low people for friends: have virtuous people for friends, have for friends the best of men.

As a solid rock is not shaken by the wind, wise people falter not amidst blame and praise.

Wise people, after they have listened to the laws, become serene, like a deep, smooth and still lake.

## 賢 人

劣悪な人を友とするな  
友には徳ある人を選び  
劣った人を友とするな  
友には優れた人を選び。

きよとくしつ  
毀譽得失の中にいて  
ひじり  
聖人はこころをうごかさない  
ちひろ いわがね  
千尋にそびえる岩根が  
風にゆるがないのと同様に。

のり  
賢い人が法をきき得た後は  
こころがしずかにおさまる  
みずうみ  
波風のたたぬ深い湖水が  
たた  
静かに水を湛えるように。



Few are there among men who arrive at the other shore (became Arhats); the other people here run up and down the shore.

But those who, when the Law has been well preached to them, follow the Law, will pass across the dominion of death, however difficult to overcome.

かのきし  
彼岸に達するのは  
人の中にも稀まれである  
みな此岸このきしにさまよって  
むなしく歩みをついやすばかり。

ひじりの教えにしたがって  
まことまことのりのりの法にかなう身は  
逃れがたい死の支配さかいの境遇を  
越えてゆくことができる。

尊者

The Venerable (Arhat).

## The Venerable (Arhat).

His thought is quiet, quiet are his word and deed, when he has obtained freedom by true knowledge, when he has thus become a quiet man.

If one man conquer in battle a thousand times thousand men, and if another conquer himself, he is the greatest of conquerors.

If a man for a hundred years worship Agni (fire) in the forest, and if he but for one moment pay homage to a man whose soul is grounded (in true knowledge), better is that homage than sacrifice for a hundred years.

## 尊者

眞<sup>ま</sup>実<sup>こと</sup>の智<sup>ち</sup>慧<sup>え</sup>のちからによって  
惑<sup>まど</sup>いの解<sup>と</sup>けた人こそは  
意<sup>こころ</sup>も言<sup>ことば</sup>も行<sup>おこない</sup>も  
三<sup>さん</sup>業<sup>ごう</sup>ともに静寂の境地に至る。

一人はげしくたたかって  
百万人に勝つよりも  
ただよく自分自身に克<sup>か</sup>つ者を  
至<sup>し</sup>剛<sup>ごう</sup>の者と名づけるべきである。

眞<sup>ま</sup>実<sup>こと</sup>の智<sup>ち</sup>慧<sup>え</sup>を得た人に  
しばし恭<sup>く</sup>敬<sup>ぎょう</sup>をする方が  
林にすんで火の神を  
百年まつるにまさるのだ。

悪

Evil.

## Evil.

If a man would hasten towards the good, he should keep his thought away from evil; if a man does what is good slothfully, his mind delights in evil.

If a man commits a sin, let him not do it again; let him not delight in sin: pain is the outcome of evil.

If a man does what is good, let him do it again; let him delight in it, happiness is the outcome of good.

## 悪

善事にいそぐ人ならば  
悪におもいがうつることはない  
善事におこたりがあるときは  
悪にこころをみちびかれる。

悪を行うものがあれば  
重ねてこれをさせてはならない  
悪との<sup>ちぎり</sup>関係を絶たせなければならない  
禍害は悪の結果であるのだから。

善を行うものがあれば  
重ねてこれをするように仕向けよ  
善との<sup>ちぎり</sup>関係をさらに増幅させよ  
幸いは善の結果であるのだから。

Even an evildoer sees happiness as long as his evil deed has not ripened; but when his evil deed has ripened, then does the evildoer see evil.

Even a good man sees evil days, as long as his good deed has not ripened; but when his good deed has ripened, then does the good man see happy days.

Let no man think lightly of evil, saying in his heart, it will not come nigh unto me. Even by the falling of water-drops a water-pot is filled; the fool becomes full of evil, even if he gathers it little by little.

悪業が熟しないうちは  
悪人もなお福を得ることがある  
だが悪業がすでに熟すれば  
悪人はそのとき害を受ける。

善業が熟しないうちは  
善人もなお苦を受けることがある  
だが善業がすでに熟すれば  
善人はそのとき福を受ける。

いささかばかりの悪であれば  
我が身を害することはあるまいと  
こころにゆるして小さな悪も  
軽んじあなどってはならない。  
落ちるしずくもかさなれば  
ついに器いっぱいになり満ちる  
わずかの悪も積み重なればやがて  
人も悪によって満ちるのである。

Let no man think lightly of good, saying  
in his heart, it will not benefit me. Even by  
the falling of water-drops a water-pot is filled;  
the wise man becomes full of good, even if he  
gathers it little by little.

Let a man avoid evil deeds, as a merchant if  
he has few companions and carries much wealth  
avoids a dangerous road; as a man who loves life  
avoids poison.

いささかばかりの善であれば  
我が身を利することはあるまいと  
こころにゆるして小さな善も  
軽んじあなどってはならない。  
落ちるしずくもかさなれば  
ついに器いっぱい満ちる  
わずかの善も積み重なればやがて  
人も善によって満ちるのである。

悪事を避けるありさまは  
みちづれのすくない商人が  
おおくの財貨を運ぶとき  
危道を避けるがごとくせよ。

悪事を避けるありさまは  
命を惜しむひとびとが  
毒ある物とするときは  
かならず避けるがごとくせよ。

He who has no wound on his hand, may touch poison with his hand; poison does not affect one who has no wound; nor is there evil for one who does not commit evil.

If a man offend a harmless, pure, and innocent person, the evil falls back upon that fool, like light dust thrown up against the wind.

Not in the sky, not in the midst of the sea, not if we enter into the clefts of the mountains, is there known a spot in the whole world where a man might be freed from an evil deed.

Not in the sky, not in the midst of the sea, not if we enter into the clefts of the mountains, is there known a spot in the whole world where death could not overcome (the mortal).

わが手に疵傷きずのない人は  
毒どくも障さわりをなしがたい  
みずから悪をなさなければ  
悪人の害が及ぶことはない。

正しい人を害すれば  
害がその身に帰ってくることはまるで  
吹いてくる風に向かつて  
塵を散らすようなものである。

虚空に登っても海に入っても  
あるいは深山みやまの奥に至っても  
すべてこの世はどこにも  
苦悩から逃れられるところはない。

虚空に登っても海に入っても  
あるいは深山みやまの奥に至っても  
すべてこの世はどこにも  
無常を逃れられるところはない。



應 報

Punishment.

## Punishment.

All men tremble at punishment, all men fear death; remember that you are like unto them, and do not kill, nor cause slaughter.

All men tremble at punishment, all men love life; remember that thou art like unto them, and do not kill, nor cause slaughter.

Do not speak harshly to anybody; those who are spoken to will answer thee in the same way. Angry speech is painful, blows for blows will touch thee.

## 應 報

死を悲しまぬ者もなく  
生を愛さない人もない  
自分も他人も同じ身と知れば  
みだりにものを殺してはいけない。

荒々しい言葉を口にしてはいけない  
他人はまた荒くそれにこたえるだろう  
苦痛に満ちた憤怒の言葉を  
返えされて身に受けるだろう。

老 年

Old Age.

## Old Age.

After a stronghold has been made of the bones, it is covered with flesh and blood, and there dwell in it old age and death, pride and deceit.

A man who has learnt little, grows old like an ox; his flesh grows, but his knowledge does not grow.

## 老 年

骨にてかたちをつくられ  
血と肉をまといながら  
うちには老死のくるしみと  
あなど あざむ  
慢り欺くころがある。

学ぶことのすくな鮮い人が  
老いるのはおうし牡牛のごとくであって  
肉のみ日々に増してゆくが  
智識はさらに増えない。

自 己

Self.

## Self.

Let each man make himself as he teaches others to be; who is well subdued may subdue (others); one's own self is difficult to subdue.

The evil done by oneself, self-begotten, self-bred crushes the wicked, as a diamond breaks a precious stone.

By oneself the evil is done, by oneself one suffers; by oneself evil is left undone, by oneself one is purified. Purity and impurity belong to oneself, no one can purify another.

## 自 己

他人に教え示すのと同じように

己もこれを行いなさい

自分の心を伏<sup>ふく</sup>したならば

他人はおのずから従うだろう

ダイヤモンド

金剛石が他の石を

たやすく摧<sup>くだ</sup>くのと同じように

みずから行った悪業が

たやすく我が身を破るのである。

みずから悪をなすから

みずから苦を受けねばならない

みずから悪をなさなければ

みずから清くなるのである。

我が身をけがすのも清めるのも

己の随意<sup>おもうがまま</sup>である

他人を清くすることは

いかなる人にも出来はしない。

現 世

The World.

## The World.

Bad deeds, and deeds hurtful to ourselves,  
are easy to do; what is beneficial and good, that  
is very difficult to do.

Rouse thyself! Do not be idle! Follow the  
law of virtue! The virtuous rests in bliss in this  
world and in the next.

Look upon the world as a bubble, look upon  
it as no mirage; the king of death does not see  
him who thus looks down upon the world.

## 現 世

悪行と自分自身の身に  
害のあることはなしやすく  
益<sup>えき</sup>あることと善行は  
人にとってまことになしがたい。

眠りを覚まして怠たることなく  
徳のおきてに従いなさい  
徳ある人はのちの世でも  
この世でもともに楽しみを得る。

この世を水の泡と見よ  
また幻の影と知れ  
このように世を觀<sup>かん</sup>ずる人ならば  
殺<sup>さつ</sup>鬼もこれを殺し得ない。



He who formerly was reckless and afterward  
became sober, brightens up this world, like the  
moon when freed from clouds.

If a man has transgressed one law, and  
speaks lies, and scoffs at another world, there is  
no evil he will not do.

過去の過ちを悔やみながら  
将来を慎む人こそは  
雲間を抜けた月影が  
世を照らし輝くようなものである

法を破り妄語をいい  
後の世を信じない人は  
いかなる悪もこの人には  
なさない悪はない。

仏 陀

**The Buddha** (The Awakened).

## The Buddha (The Awakened).

Not to commit any sin, to do good, and to purify one's mind, that is the teaching of (all) the Awakened.

There is no satisfying lusts, even by a shower of gold pieces; he who knows that lusts have a short taste and cause pain, he is wise.

## 仏 陀

すべての悪をなすな  
すべての善をつとめ行え  
みずからのこころを浄めること  
これが諸仏の教えである。

<sup>こがね</sup>黄金の雨を降らせても  
欲のこころは満足させられない  
欲はしばしの甘味と痛苦の基<sup>もと</sup>  
知る人こそが賢者である。

幸 福

Happiness.

## Happiness.

Let us live happily then, not hating those who hate us! let us dwell free from hatred among men who hate!

Victory breeds hatred; for the conquered is unhappy. He who has given up both victory and defeat, he, the contented, is happy.

Health is the greatest of gifts, contentedness the best riches; trust is the best of relationships, Nirvâna the highest happiness.

## 幸 福

我らをにくむひとびとを  
憎まないでこころ平穩に生きよう  
にく  
悪む人の中に交わって  
悪まぬ心こそが幸いである。

勝てばうらみの<sup>まと</sup>的となり  
負ければ自ら損なうことになる  
勝敗ともにすててこそ  
はじめて幸福を得ることが出来る。

健康は無上の<sup>らいし</sup>賚賜であり  
知足は無上の富貴である  
信は無上の親戚であり  
<sup>ねはん</sup>涅槃は無上の<sup>けらく</sup>快樂である。

快 樂

Pleasure.

## Pleasure.

Let no man ever look for what is pleasant, or what is unpleasant. Not to see what is pleasant is pain, and it is pain to see what is unpleasant.

He who possesses virtue and intelligence, who is just, speaks the truth, and does what is his own business, him the world will hold dear.

Kinsfolk, friends and lovers salute a man who has been long away, and returns safe from afar.

In like manner his good works receive him who has done good, and has gone from this world to the other;-as kinsmen receive a friend on his return.

## 快 楽

樂事をのぞむことなかれ  
不樂事もまたのぞんではいけない  
樂事は見なければ苦を生じ  
不樂事を見ると苦を生じる。

徳と才知をそなえつつ  
正直にして<sup>もうこ</sup>妄語せず  
自分の職務を果たす人は  
世の親愛をたもつことが出来る。

久しく<sup>たびち</sup>旅地にあった人が  
無事に故郷へ帰ってきたら  
親戚朋友もろともに  
よろこびむかえて祝ってくれる。

これと同様に良い人が  
彼岸の世界にいたるとき  
みずから積んだ<sup>ぜんごう</sup>善業が  
彼をまちうけ迎えてくれる。

瞋 嗔

Anger.



## Anger.

He who holds back rising anger like a rolling chariot, him I call a real driver; other people are but holding the reins.

Let a man overcome anger by love, let him overcome evil by good; let him overcome the greedy by liberality, the liar by truth!

Beware of bodily anger, and control thy body! Leave the sins of the body, and with thy body practise virtue!

## 瞋 恚

<sup>しば</sup>駟馬より荒々しい<sup>いかり</sup>瞋恚を  
とめるのがまことの御者である  
ただ世の中のふつうの御者は  
<sup>くつばみ</sup>轡を執るばかりである。

※ 1 輛の車をひく 4 頭の馬。また、4 頭の馬でひく馬車。しめ。

<sup>いかり</sup>瞋は愛を以て勝ち  
悪には善を以て勝て  
<sup>とん</sup>貪には度量を以て勝ち  
<sup>こぎ</sup>虚偽には<sup>まこと</sup>真実を以て勝て。

身のいかりをつつしんで  
身をきびしく治めよ  
身になす罪を捨て離れ  
身もちいて徳を為せ。

Beware of the anger of the tongue, and control thy tongue! Leave the sins of the tongue, and practise virtue with thy tongue!

Beware of the anger of the mind, and control thy mind! Leave the sins of the mind, and practise virtue with thy mind!

The wise who control their body, who control their tongue, the wise who control their mind, are indeed well controlled.

口のいかりをつつしんで  
口をきびしく治めよ  
口になす罪を捨て離れ  
口をもちいて徳を為せ。

<sup>こころ</sup>意のいかりをつつしんで  
意をきびしく治めよ  
意の罪を捨て離れ  
意をもちいて徳を為せ。

身をきびしく治めつつ  
口も<sup>こころ</sup>意も治めれば  
これがすなわち名付ければ  
よく治めた人と言えるのだ。

罪 垢

Impurity.

## Impurity.

Thy life hast come to an end, thou art come near to Death (Yama), there is no resting-place for thee on the road, and thou hast no provision for thy journey.

Make thyself an island, work hard, be wise! When thy impurities are blown away, and thou art free from guilt, thou wilt not enter again into birth and decay.

Let a wise man blow off the impurities of his soul, as a smith blows off the impurities of silver, one by one, little by little, and from time to time.

Impurity arises from the iron, and, having arisen from it, it destroys it; thus do a transgressor's own works lead him to the evil path.

## 罪 垢

汝の命いのちは終わりに近づいた

閻魔の片も近づいた

途みちに休息やすみの所はなく

汝は糧かてを持っていない。

汝は宝渚ほうしょを築きなさい

つとめて智慧ちえをみがきなさい

汝の罪垢ざいくを離れば

ふたたび生死しょうじに沈むことはない。

鍛冶屋が銀をふきわけて

まじった汚物うもつを除くように

おこたらずに少しずつ

こころの垢あかをふきわけよ。

鉄より生じる錆さびにより

鉄が朽くちると同様に

己おのれがつくった悪業が

なんじを悪道にみちびく。

He who destroys life, who speaks untruth,  
who takes in this world what is not given him,  
who takes another man's wife; and the man who  
gives himself to drinking intoxicating liquors,  
he, even in this world, digs up his own root.

There is no fire like passion, there is no shark  
like hatred, there is no snare like folly, there is  
on torrent like greed.

If a man looks after the faults of others, and  
is always inclined to detract, his own weaknesses  
will grow, and he is far from the destruction of  
weakness.

生き物を殺し<sup>うそ</sup>妄語をいい  
<sup>ちゅうとうじゃいんおんじゆ</sup>偷盗邪淫飲酒によって  
この世に暮らす人こそは  
みずからその身を<sup>す</sup>棄てるに等しい。

<sup>しんい</sup>瞋恚のごとき火は存在しない  
怨恨にまさる<sup>ふか</sup>鱻もない  
愚痴にまさる<sup>わな</sup>系蹄もなく  
<sup>とんよく</sup>貪欲にまさる<sup>はやせ</sup>急流もない。

ひとの過誤を探しもとめ  
<sup>ひぼう</sup>誹謗を専らにする者は  
自分のこころの卑怯を  
さらに増大させるほかはない。

学 士

The Learned.

## The Learned.

A man is not learned because he talks much:  
he who is patient, free from hatred and fear, he  
is called learned.

## 学 士

多くの講説するというだけで  
どうして学のある人と言えるだろう  
こころに<sup>うらみ</sup>怨恨と<sup>おそれ</sup>恐怖のない  
人こそまことの学士である。

仙 道

The Way.



## The Way.

Through zeal knowledge is gotten, through lack of zeal knowledge is lost; let a man who knows this double path of gain and loss thus place himself that knowledge may grow.

Cut down the whole forest (of lust), not a tree only! From lust springs fear. When you have cut down every tree and every shrub, then, Bhikshus, you will be free!

Cut out the love of self, like an autumn lotus, with thy hand! Cherish the road of peace. Nirvâna has been shown by Sugata (Buddha).

## 仏 道

しょうじん  
精進すれば智慧を得ることが出来る  
精進せねば智慧を失う  
得失ふたつの阡陌ちまたにて  
我が身とくを得のみちにおけ。

※南北の通路と東西の通路。縦横の路。路が交差している所。また、田や地所の境界。

欲※の林を切りはらえ  
欲おそれより怖畏が生じる  
すべての樹木を切り去れば  
比丘びくよ汝は自由である。

※梵語のバナという字には欲と林との二つの意味がある。一種の洒落しやれ。

秋の蓮と同様に我が身の愛を  
汝の手で切り捨てよ  
平安の道を大切にせよ  
そうすれば涅槃の道があらわれる。

'Here I shall dwell in the rain, here in winter  
and summer,' thus meditates the fool, and does  
not think of his death.

Sons are no help, nor a father, nor relations;  
there is no help from kinsfolk for one whom  
Death has seized.

雨の時期にはここに住もう  
暑寒しょかんはここが良いだろう  
こんなことを思いながら  
死について思わないのは愚かである。

我が子のたすけも受けられない  
父のたすけも受けられない  
殺鬼さつきの縄目なわめにかかるとき  
救たすけてくれる人は誰もいない。

雜 題

Miscellaneous.

## Miscellaneous.

He who, by causing pain to others, wishes to obtain pleasure himself, he, entangled in the bonds of hatred, will never be free from hatred.

As a grass-blade, if badly grasped, cuts the arm, badly-practised asceticism leads to hell.

## 雑題

<sup>ひと</sup>他人に苦悩をあたえておきながら  
自分のたのしみを得ようとする者は  
うらみの縄に絡め取られて  
そこから逃れる道はない。

不用意に持てば草の葉も  
ひとの手を切るように  
世捨て人のなす業<sup>わざ</sup>も  
悪くすると地獄へのみちびきとなる。

象

The Elephant.

## The Elephant.

Silently shall I endure abuse as the elephant  
in battle endures the arrow sent from the bow:  
for the world is ill-natured.

A tamed elephant they lead to battle, the  
king mounts a tamed elephant; the tamed is the  
best among men, he who silently endures abuse.

Mules are good, if tamed, and noble Sindhu  
horses, and elephants with large tusks; but he  
who tames himself is better still.

## 象

象が戦<sup>いくさ</sup>で用いられるときには  
毒矢も忍ぶように  
私も悪世に処しているのだから  
黙して罵辱<sup>めにく</sup>を忍ばねばならない。

敵が襲ってくるのを防ぐには  
王は乗りならした象に乗る  
ひと柔馴<sup>にゅうじゆん</sup>という徳に乗れば  
罵辱<sup>めにく</sup>の敵も怖れるに足りない。

騾馬<sup>ろば</sup>も駱駝<sup>らくだ</sup>も大象<sup>たいぞう</sup>も  
飼い慣らせば勝れた用があるけれども  
人がよく自分を馴致<sup>なら</sup>したなら  
こうした獣よりももっと優<sup>まさ</sup>るのだ。

For with these animals does no man reach the untrodden country (Nirvâna), where a tamed man goes on a tamed animal, viz. on his own well-tamed self.

This mind of mine went formerly wandering about as it liked, as it listed, as it pleased; but I shall now hold it in thoroughly, as the rider who holds the hook holds in the furious elephant.

これらの獣に乗ったとしても  
涅槃ねはんの国に行くことは出来ない  
よく整えられた自分に乗ってゆけば  
涅槃の国に行くことはたやすい。

自分の心もかつては  
おもいのままにさまよっていたが  
今はしかりとつなぎ止めている  
暴れまわる象を慣らすように。

執 心

Thirst.



## Thirst.

Wise people do not call that a strong fetter which is made of iron, wood, or hemp; far stronger is the care for precious stones and rings, for sons and a wife.

The fields are damaged by weeds, mankind is damaged by passion: therefore a gift bestowed on the passionless brings great reward.

## 執心

賢人は言う、鉄梏てつこく金鎖こんさの桎梏かぜは

それほど固くはない

珍宝たからや妻子つまこに執着する

こころの桎梏かぜこそが牢固なのだ、と。

畑は雑草くさにてよって害され

人は煩惱ぼんごうによって害される

煩惱ぼんごうを起こさない人こそ

おいなる果報くわくほうが得られるのだ。

比丘

The Bhikshu.

## The Bhikshu.

O Bhikshu, empty this boat! if emptied,  
it will go quickly; having cut off passion and  
hatred, thou wilt go to Nirvâna.

Without knowledge there is no meditation,  
without meditation there is no knowledge: he  
who has knowledge and meditation is near unto  
Nirvâna.

As soon as he has considered the origin and  
destruction of the elements (khandha) of the  
body, he finds happiness and joy which belong  
to those who know the immortal (Nirvana).

## 比 丘

重い積み荷を降ろしたならば  
船の航行も速やかである  
恨みと執情を捨てれば  
彼岸にいたることも難しくはない。

智慧のない者には静慮がない  
静慮がなければ智慧もない  
智慧と静慮を持つ人は  
涅槃のさとりに近づくのである。

体の生滅因縁を  
観ずるものはすみやかに  
不死の涅槃をさとりつつ  
歡喜と幸いを得るのである。

Rouse thyself by thyself, examine thyself by  
thyself, thyself-protected and attentive wilt thou  
live happily, O Bhikshu!

みずから眠りをさましつ  
われと我が身をかえりみよ  
こうしてわが身をまもる人こそ  
和楽にこの世に棲むと言えるのだ。

---

# 和英対訳 法句経 Dhammapada

---

2011年9月6日 Web に公開

訳者：天<sup>テン</sup>丸<sup>マル</sup>

発行所：ハンコと印刷のスタンプリント

〒174-0063

東京都板橋区前野町 4-49-2-101

〈TEL〉 03-5392-6365

〈FAX〉 03-5392-6078

E-mail: info@stamprint.com

掲載ブログ：<http://www.stamprint.com/wordpress/archives/3056>

---

本冊子は頒布・転載・引用・改変OKです。(This book is copyright free.)