顕正法蔵

Ven.Pa Auk Sayadaw

翻訳：Paññ-adhika sayalay

目次

自序 5
Ⅰ.　安般念概要 10
Ⅱ.　転法輪経経文 17
Ⅲ.　転法輪経解説 21
1、縁起 21
1-1、仙人墜処（Isipatana） 22
2、五人の比丘 22
2-1　四無礙解智 23
2-2　五つの条件 23
3、二種類の極端 24
4、中道 25
4-1、軛孔経 25
4-2　八聖道分 26
5、四聖諦 28
5-1、苦聖諦 28
5-2、苦集聖諦 31
5-3　苦滅聖諦 37
5-4　苦の滅に導き至る道聖諦 38
6　三摩地経 40
7　安般念の簡単な説明 41
7-1　適切な場所 42
7-2　適切な姿勢 44
7-3　己の禅修行の所縁において、正念を安立する 44
7-4　彼は正念をもって息を吸い、正念をもって息を吐く 45
7-5　長いと短い 45
7-6　息の全体 51
7-7　身の行を静める 54
8　安般念の修習方法 56
8-1　数息 56
8-2　長いと短い 57
8-3　息の全身（＝全体） 58
8-4　微息 59
8-5　禅相と光 63
8-6　10 種類の安止の善き方法 70

8-7　定に住することを重視すべき 102
8-8　初禅 103
8-9　第二禅 117
8-10　第三禅 119
8-11　第四禅 125
8-12　ジャーナ五分法（pañcakajjhāna） 129
8-13　呼吸行者 132
8-14　ジャーナ行者 136
9　四界分別観の修行 138
9-1《増上心經》 145
9-2《無上清凉經》 146
9-3《覚支善巧經》（または《火經》） 147
10　色聚の分析方法 148
10-1　四界の識別方法 148
10-2　色、香、味、食素（＝栄養素）の識別 150
10-3　命根、性根色、心色の識別 151
10-4　五浄色の識別 152
10-5　心生色の識別 154
10.6　時節生色の識別 154
10-7　食生色の識別 155
10-8　四界分別観詳細法：42 身分 158
10-9　九種類の業生色聚 160
10-10　八種類の心生色聚 161
10-11　四種類の時節生色聚 163
10-12　二種類の食生色聚 163
10-13　三種類の音声 164
10-14　四種類の相色の識別 164
10-15　諸々の色法を「色」と見做す 164
10-16　変化し、干渉を受ける相 165
11　色業処の理論 166
11-1　観禅の修行における観照必須の方法 166
11-2　28 種類の色法 168
11-3　色法の本質 172
11-4　色法の三種類の密集 173
11-5　八聖道分の（＋中の）すべての八道分の育成の可否 175
11-6　相、作用、現起(現象)と近因に基づく色法の識別 175

12　名法の識別 189
12-1　初禅の 34 種類の名法 189
12-2　ジャーナ定心路過程 191
12-3　52 心所（cetasika） 192
12-4　ジャーナ名法の相、作用、現起(現象)と近因 194
12-5　二種類の身 218
13　三種類の観智 221
13-1　縁起の法則 222
13-2　思惟智 226
13-3　生滅随観智 227
13-4　上級レベルの観智 237
13-5　阿羅漢果について 238
13-6　世間と出世間の四聖諦 239
14　仏陀自身の四聖諦の体験 240
14-1　苦聖諦 242
14-2　　苦集聖諦 242
14-3　苦滅聖諦 244
14-4　苦の滅に到る道聖諦 245
14-5　無上円満正覚 247
15　憍陳如尊者 248
15-1　聞随行經 250
16.　天神の歓呼 251
17　如何にして痛苦を滅し除くのか 252
Ⅳ．無我相經　（Anattalakkhaṇa　Sutta） 255
Ⅴ．五比丘（Pañcavaggiyā） 273
１　憍陳如尊者（Aññāsi　Koṇḍañña　Thera） 273
２　跋提迦尊者（Bhaddiya　Thera） 276
３　衛跋尊者（Vappa　Thera） 276
４　摩訶那摩尊者（Mahānāma　Thera） 276
５　阿説示尊者（Assaji　Thera） 277
Ⅵ．皮帯（革ベルト、皮の首輪）束縛經（一）(Gaddulabaddha Sutta 1) 278
Ⅶ．皮帯（皮ベルト、皮の首輪）束縛經（二）(Gaddulabaddha Sutta 2) 284
Ⅷ．問答 297
回答一 297
回答二 299
回答三 300

回答四 301
回答五 305
回答六 306
回答七 310
回答八 312
回答九 314
回答十 315
回答十一 318
回答十二 320
回答十三 322
回答十四 323

自序

四聖諦を知るために、尽力しなければならない。

『比丘たちよ。まさに、四聖諦を知らないが為に、四聖諦を徹底的に見る事がないが為に、あなたと私は、長い間ずっと、輪廻の中で流転し、徘徊してきた。（＋四聖諦とは、）どの四つか？　比丘たちよ。まさに、苦聖諦・・・苦集聖諦・・・苦滅聖諦・・・苦の滅に導く道聖諦を、知らないが為に、それらを徹底的に見ることがないが為に、あなたと私は、長い間ずっと、輪廻の中で流転し、徘徊してきた。

比丘たちよ。

あの苦聖諦は、すでに知られ、徹底的に見られた；

あの苦集聖諦は、すでに知られ、徹底的に見られた；

あの苦滅聖諦は、すでに知られ、徹底的に見られた；

あの、苦の滅に導く道聖諦は、すでに知られ、徹底的に見られた。

有愛は、すでに切断され、有渠はすでに破壊され、すでに来世（＝原文、来生）があることは、ない』。（《相応部・第一辺際村経》Pathama　Koṭigāma　Sutta）

「比丘たちよ。あれら沙門または婆羅門は

『これは苦である』という事を如実に知る事がない；

『これが苦の集である』という事を如実に知る事がない；

『これが苦の滅である』という事を如実に知る事がない；

『これが苦の滅に導く道である』という事を如実に知る事がない；

これらの人々については、私は彼らを沙門中の沙門とは見做さないし、彼らを婆羅門中の婆羅門とも見做さない。これらの尊者は、今生において、智慧でもって、自ら証悟し、沙門果または婆羅門果に安住することができない。しかしながら、比丘たちよ。

あれら、四聖諦を知る沙門または婆羅門について、私は彼らを沙門中の沙門と見做し、彼らを婆羅門中の婆羅門と見做す。これらの尊者は、智慧でもって、自ら証悟し、沙門果または婆羅門果に安住する。」（《相応部・第二辺際村経》Dutiya　Koṭigāma　Sutta）

「故に、これは苦・・・　これは苦の集・・・　これは苦の滅・・・　これは苦の滅に至る道・・・」《相応部》

これらの話から鑑みて、比丘が長期に亘る生死輪廻から解脱したいと考えるならば、彼は、四聖諦を徹底的に知るよう、尽力しなければならない（＋事が分かる）。今回の（＋台湾における）リトリートにおいて、私は、《転法輪経》及び、その他の経典に基づいて、四聖諦及び、それらを証悟せしめるに至る道について、詳細に解説する。私が行う法話は、主に《転法輪経》の注釈と、《無我相経》及び、二部の《皮帯（=皮のベルト、以下同様）束縛経》（＋の解説）である。みなさんが、これらの法話をよく理解できるよう、ここにおいて、これらの経の内容の概略を説明する。

《転法輪経》は、仏陀が証悟した後、開示した最初の経である。仏陀のすべての教法の根本であると言われている。この経の法話では、私は四聖諦及びそれらを証悟するに至る為の道について、討論する。

《無我相経》では、五取蘊の無我の相に重点を置いて、解説する。禅の修行者にとって、どのような五蘊、すなわち、過去の、未来の、または現在のであっても；内部のまたは外部の；粗いものまたは細かいもの；遠いもの、または近いものであっても、正確な智慧でもって、それらを以下のように、如実知見しなければならない：

・これは私のものではない（苦）、

・これは私ではない（無常）、

・私は私の自我ではない（無我）。

二部の《皮帯束縛経》では、第二の聖諦――苦集聖諦を明確に理解してもらう為に、私は、色々な角度から、異なった方法によって、業と果の法則についての解説をする。苦諦法と集諦法は、観智の目標である；観智とはすなわち、世間的な滅諦の理解へと導く、世間道諦である。観智は、涅槃を証悟したいと願う禅の修行者が必ず育成しなければならない世間的聖道である。

もしも、禅の修行者が、世間聖道、すなわち観智であるが、それを育成し、それが熟した時、観智の末端において、涅槃を知見する出世間聖道が生起する。出世間八聖道分を証悟するとき、それらは、諸々の煩悩を、徐々に、余すところなく尽滅する。観智を育成する時、修行者は、苦諦法と集諦法のこれらの行法を、無常・苦・無我として、観照する必要がある。

ここにおいて、私は、無常・苦・無我とは何かを、はっきりとさせたいと思う。

無常とは何か？　五取蘊及びその因は無常である。

なぜか？　それらは、生・滅しており、変易しており、または、それらは有るという状態になった後、再び存在することがないから、である。生・滅と変易は、無常の相であるか、または変化の方式である。言い換えれば、有るという存在になりながら、次には二度と存在しなくなるのは、無常の相である。同じく、五取蘊及びその因は苦である。

というのも、「無常なるものは苦である」と言うから。

なぜか？　　というのも、（＋それは）不断に生・滅の圧迫に遭遇しているから。不断に生・滅の圧迫に遭遇しているのは苦である。また、ジャーナの楽またはジャーナの法（＝現象）も、苦である。

なぜか？　心と身の楽受は変易法（変易苦）である。というのも、それらが変易する時は、苦の生起の因であるから。捨受及び三界の中のその他の行法は、行苦と言う。というのは、それらは生・滅の圧迫に遭遇しているから。心と身の苦受を、内受と言う。

というのも、それらの自性・名称は、苦痛（+と関係があるから。原文、意味不明の為、試訳）。

この三種類の受は、異なる名称を持っているが、それらは皆、苦である。というのも：「無常なるものは、すなわち、苦である」と言うし、その上、それらは不断に生・滅の圧迫に遭遇しているから。このように、苦の含意は、非常に広いものである。同様に、五取蘊及びそれらの因は、無我である。というのも：「苦とはすなわち、無我である」と言うから。

なぜか？　（＋我々には）それらを主宰する力が、ないからである。個人の願望による主宰、コントロールを受けないものは、無我である。禅の修行者は、生滅智によって、これら一切の真実の本性を観照する。言い換えれば、彼は、観智でもって、汚染から解脱し、行道（＝行くべき道）を安穏として、進むのである。もし、禅の修行者が、この三界の行法を無常・苦・無我として観照するならば、彼の観智は、徐々に熟し、最後に、四聖諦を証悟する。

もし、修行者が、ソータパナ道果によって、四聖諦を証悟するならば、彼は四悪道に生まれることから、完全に解脱できる。もし、彼がサターガミ道果によって、四聖諦を知見するならば、彼は、最も多くても、最低一回だけ人間界に生まれ変わるだけでよい。

もし、彼がアナーガミ道果によって、四聖諦を知見するならば、彼は完全に欲界を解脱し、梵天界にだけ生まれ変わる。

もし彼が、阿羅漢道果によって、四聖諦を知見するならば、彼はこの長期に亘る生死輪廻から、解脱する。

このように、長期に亘る輪廻から解脱したいと考える禅の修行者にとって、四聖諦を知る事は、必要である。しかしながら、四聖諦を知る事は、決して容易なことではない。皆様には、次の経を読んでいただきたい。

訳者コメント：＜無我＞を＜私はいない＞と理解してしまうと、仏法の修行・実践をする意味がないし、多くの事が説明不能に陥ってしまう。＜無我＞は、＜（五蘊、すなわち、心身は）私のものではない＞と理解するのがよい。心身は、私のものではないから、それらを捨てて、般涅槃することができる、のである。言語学者の説でも、インドでは自己のコントロールの外にあるものを＜アナッター＞と言うとあり、中村元博士は、＜アナッター＞は、無我ではなく、非我だと言っていました。

穴の開いた軛

「比丘たちよ。もし、この大地が、大きな水池になるとして、そして、ある人が、真ん中に穴の開いた軛を、そこへ投げ入れたとする。東風が吹いて、それは西へと向かい、西風が吹いて、それは東へと向かう；北風が吹いて、それは南へと向かい、南風が吹いて、それは北へと向かう。もし、一匹の盲目の海亀がいて、百年毎に、一回だけ水面に浮きあがるとする。比丘たちよ。あなた方は、どのように思うか？　百年毎に、一度だけ水面に浮かび上がるこの海亀が、あの軛に開いた穴に、頭を突っ込むことがあるだろうか？」

「世尊、もし、百年毎に一度水面に浮かび上がる海亀がいるとして、その海亀が、ちょうど折よく、軛の穴に頭を突っ込むことは、あり得ます。」

「同様に、比丘たちよ。人々も、ちょうど折よく、人身を得て；如来、阿羅漢、正等正覚者もまた、折よく世間に出現している。比丘たちよ。あなた方は、すでに人身を得ている；如来、阿羅漢、正等正覚者もすでに世間に出現している；如来の宣揚する法と律は、正に世間を照らしている。故に、比丘たちよ。

『これは苦である』という事を知るために精進しなければならない；

『これは苦の原因である』という事を知るために精進しなければならない；

『これは苦の止滅である』という事を知るために精進しなければならない；

『これは苦の滅に導き到る道である』という事を知るために精進しなければならない。」《相応部》

もし、禅の修行者が、四つの聖道智でもって四聖諦を知るならば、これらの智慧は、無明と愛（＝渇愛）を徐々に、余すところなく、滅尽する。無明と愛という、この二種

類の結は、衆生が長い間、不断に生死輪廻してきた、主要な原因である。以下の経を見てみよう：

「比丘たちよ。ちょうど空中に放り投げられたこん棒は、それが落ちてくるとき、あるときは、尾が先に地につき、あるときは頭が先に地につく。同様に、無明によって覆い隠され、渇愛によって束縛される衆生は、一つの界からもう一つ別の界へ行き、もう一つの界からこの界へ来る。その原因は何であろうか？彼らは、四聖諦を知らないが故に、そうなのである」《相応部》

ゆえに、四聖諦を知る事に、尽力しなければならない。

みなさんが、四聖諦を知る事を祈願する。

みなさんが、仏法をより正し理解することを祈願する。

みなさんが、この長く久しい生死輪廻から、解脱されることを祈願する。

パオ禅師　（Pa-Auk　Tawya　Sayadaw）

緬甸国モン州モーラミャイン・パオ禅林

Ⅰ.　安般念概要

上座部仏法（Theravāda）によると、禅の修行の法門は、大きく分けて二種類になる。それは、止禅と観禅である。止禅は、定力を育成する修行方法で、観禅は、智慧を育成する修行方法である。この二種類の法門における相互の関係は、非常に密接である――止禅は、観禅の重要な基礎である。これが、仏陀がなぜ、《相応部・諦相応》（SaccaSaṁyutta）において、以下のような開示したか、という理由である：

「比丘たちよ。あなた方は、定力を育成しなければならない。比丘たちよ。定力のある比丘は、諸法を如実に知ることができる。」

このことから（＋私は）、本日、みなさんに、定力を育成するために実践する止禅の、基本的な修行方法を紹介する。《清浄道論》（Visuddhimagga）によると、定力を育成する法門は、40 種類の多きになる。通常、初心者に勧めるのは、安般念（ānāpānasati）である――すなわち、正念を保持して、鼻孔の出口の呼吸の息を覚知することで、これによって、定力を育成する修行方法である。仏陀は《相応部》（Saṁyutta　Nīkāya）において、弟子たちに、安般念を修行するよう提案している。彼は言う：

「比丘たちよ。育成と数を数えることを通して、安般念を修行した事によって生じた定力は、静かでかつ殊勝であって、それは純粋で雑でない、安楽の住処である。（＋それは）邪悪で不善な思いが生起するや否や、それらを即刻消滅させ、鎮めることができる。」

《清浄道論》は記述する：

「すべての仏、ある種のパーチェカ仏と声聞弟子にとって、成就を獲得するか、または今ここにおける楽住のための法門の中で、安般念は最も重要である。」

（＋私が）これらの話を引用するのは、みなさんにこの法門への信頼と確信を備えて欲しいからである。確信が強いほど、定力の育成は、容易に成功するからである。次に、みなさんに安般念を修行する時の基本的原則を紹介する：まず、静坐の方法について。静坐する時、臀部は（＋座蒲を使って）少し高くするのが良い。自分で座蒲の高さを調整し、座った時に快適で、自然で、まっすぐである事を原則とする。

結跏が苦手な人は、両足を、床の上に、前にそろえて、並べておいてもよい。この時、足を無理に重ねる必要はない。軽く上半身を揺らし、どの姿勢が一番端正であるかを感じ取り、身体は前屈みにもならず、後ろにも倒れないようにする。その後に上半身を軽

く左右に調整し、端正な位置を保ち、身体をどの方向へも歪まないようにする。その時、同時に、肩は平らかに、自然に垂れる感じにする。下あごは、少しばかり内側に収め、頭、首、背骨が一直線になるようにする。この時、自然に、ゆったりと、リラックスして、力んではならない。身体が正しい姿勢で座ったなら、その後は、動かないようにする。次に、頭から足に向かって、一部分づつ身体を緩めていく。その時、身体に如何なる肉体的な緊張も、あってはならない。

体全体がリラックスした後、軽く目を閉じる。そして、以下の事を己に告げる：静坐している時、身体は不動を保ち、目は開けない。このように決心して後、まるで身体など無いかのように、身体の事は忘れるようにする。次に、心をリラックスさせて、自分が座禅・瞑想しているのだという気持ちを、持たないようにする。そして、自分は、心と身体を休息させているのだ、と思うようにする。一時的に、一切の負担を下に降ろし、心の中の一切の心配事を、一時的に放り出し、紛々とする考えと雑念を沈殿させていき、心をして、清らかな水の如くに、清めていく。心を、鼻孔と上唇の間の四角形の区域に静かに置いて、まさにこの区域を通る呼吸の息に、軽く注意を向ける。

《清浄道論》では、門衛を例にして、息に気付く方法を説明している：すなわち、城門の門衛は、城門を通る人にだけ注意を払い、この人が城内のどこへ行ったかとか、城外のどこへ行ったかというようなことには注意を払わない；同様に、安般念を修行する者は、鼻孔の出口を通る息にだけ注意を払うべきで、体内に入った息や、体の外に出て行った息に注意を払ってはいけない。鼻孔の下方の四角形の区域において、その部位のある所において、息は非常に鮮明であるが、ある所においては、鮮明ではない。禅の修行者は、ただ鮮明な息にだけ、注意を払うようにする。

禅の修行者は、まるで傍観者の如くに、息の自然な様を、静かに鑑賞するだけでよく、それに干渉してはならない。息は、時には粗く、時には細く、時には長く、時には短く、時には各種の異なる状態を呈する。これらは皆、自然な現象である。修行者は、ただ正念を保持し、単純に息をみているだけでよい。あるときには、心は、妄想に引っ張られて、息を覚知することを忘れる事がある。この状況に気が付いたならば、即刻息に戻り、妄想を相手にしてはならない。

妄想がたびたび出てくるからといって、そのことでイライラする必要はない。こういう時は、心を益々リラックスさせて、単純に、正念を保持し、軽く息を覚知し続ければよいのである。

上記のように、正念の保持に努め、常々、ひと時でも息に安んじる事のできる人は、引き続きそのように正念を保持し続け、正念を持続する時間を、一分から二分、次には5分、10分、半時間乃至一時間以上、徐々に伸ばしていけばよい。依然として妄想が紛々として、ひと時でも息に安んずる事のできない人は、息を数える方式によって、摂心を助けることを試してみると良い。息を数えている時もなお、心身はゆったりと、リラックスしているべきで、息を吸うのを察知している時は心で「吸っている」を知り、息を吐いているのを察知している時は、心で「吐いている」と知り、吐き終わるときに、心の中で「一」と黙念する。同様に、二回目に吐き終わる時、「二」と黙念する。このように「一」から「八」まで数えたらならば、また「一」から「八」まで数えることを何度も重ねて実践する。心の中で、己を励まし、一組ごとの八回の呼吸において、何かの考えに絡みつかないようにし、一心に息を察知しているようにする。

息を数えている時の注意力は、なお息の上にあり、数字の上にある訳でない。というのも、数字は、ただ摂心の道具にすぎないのであるから。息を不断に数え続けて、心が静かになり、妄想が非常に少なくなり、息に安ずることができるようになったならば、その時、息を数えるのを止めて、ただ、単純に息を覚知する事に切り替える。もし、妄想が再び上がって来たならば、再び息を数える方法でもって、摂心する。

息を覚知する時、単純に、息自体を察知する必要がある。という事は、全体的な概念でそれを認識するべきであって、息に含まれる個別の特徴、たとえば、息の冷たさ、熱さ、硬さ、軟らかさ、推進性、湿気、滑らかさ等々に、注意を払ってはならないのである。それは例えば、一人の人間を見たときに、ただ単純に、これは人であると思うだけでよく、彼の皮膚の色、髪型、体形等々を分別しない、という事と同じである。実際、冷たい、熱い、推進性等の個別の特徴は、息の中の四大の相である。もし、これらの相に注意を払うと、四大の観察をしている事になり、安般念の修行ではなくなる。これらの相は、総合すると息であり、故に、安般念を修行する時は、ただ息自体を一つの全体的な概念としてとらえる必要があり、（＋あなたは）それに対して、軽く覚知を保持し続ければ、それでよい。

仏陀は《大念処経》（Mahāsatipṭṭhāna　Sutta）の中において、安般念の初心者は、息の長短を知っている必要がある、と述べている。その意味は、息の過程を覚知する練習をしている時、ある時においては、付帯的に、息の長短に知ることがあってもよい、ということである。ここで言う「長短」とは、吐く息の始まりから終わりまでと、吸う息の始まりから終わりまでの、それが経過する時間の長さを言うのであって、距離の事を言っているのではない。呼吸の速度が遅い時、（＋呼吸に使う）時間は長くなる；呼

吸の速度が速い時、（＋呼吸に使う）時間は短くなる。呼吸する時間の長短を知る目的は、息において正念を保持するのを支援する事であって、故に、それは大まかに知っていればよいのであって、息がどれくらい長いかによって、長いと言うべきか、どれくらい短いかによって、短いと言うべきか等というように、わざわざそこへ多大の注意を払うべきではないし、また、一回ごとの呼吸について、その長短をどのように判断するべきかなどの（＋判定作用を）、己に要求する必要はない。ある時は単純に息を覚知し、ある時は付帯的に息の長短を覚知する事、すなわち、このようにして、正念を保つ時間を徐々に伸ばしていくのである。正念が持続する時間が長ければ長いほど、定力は自然と、益々深くなって行くのである。

禅の修行者が、自分自身の専注力が強くてかつ安定していると感じたならば、己自身に、不断に息に覚知するように精進する（＋様に言い聞かせる）。すなわち、同じ場所において、一回ごとの呼吸の最初から最後までを覚知するのだ、と決心するのである。これが《大念処経》の中で述べられている「息の全身（＝息の全体）を覚知する」という事である。息というものは、必ず一定の部位に接触する為、禅の修行者は、心をして、息の接触する部位の一か所に安住させる。息を吸い始めたときに、そこを通る息に覚知し、息を吸う時にそこを通る息に覚知し、吸う息が最後に通るその部位の息を、知覚するのである。息を吸う時もまた同じである。息の全身（全息）を知覚する事は、禅の修行者の心をして、更に専注する力を生じせしめるのである。

ある時には、息は非常に微弱になる。禅の修行者は、（＋この時）息が察知できない、と思う。実際は、息は依然として存在しており、停止している訳ではない。ただ、心に細やかさがない事と、正念がはっきりしない為に、息を察知できないでいるだけである。この時、慌てないで、静かな心で息が元々出現していた場所において（＋心を）、引き続き安住させ、内心において、息はずっと、そこを通っている事を知っていればよい。心身をリラックスさせて、心において、気づきを保持する。このようにすれば、微細な息を察知する助けになる。落ち着いて、忍耐強く、注意深く待っていれば、時には有り、時にはなくなるような微細な息を、徐々に体感するようになる。このような微細な息を覚知する事は、定力を深めるのに、非常に大きな力となる。ゆえに、それを覚知する習慣を、徐々にでも、育成しなければならない。

決して、わざと呼吸を変化させるようなことをしてはならないし、呼吸をはっきりさせようと企ててもいけない！　そのようにすると、あなたの定力は減退し、その結果、深くて厚い定力を育成するチャンスを逃してしまうと同時に、身体に不快感を齎すこと

になる。こういう時も、自然な呼吸を保ち、かつ、己に対して、時には有り、時には無いような微弱な息に対して、満足を覚えるようにする；満足を覚えれば、心は安定する；心が安定すると、正念は明晰になり、そのことによって、微弱な息であっても、簡単に察知できるようになる。何度もチャレンジと練習を行い、この種の良性循環を維持していく。そのようにすれば、徐々に熟練する。熟練すれば、増々微弱になっていく息と共に、心も増々静かになり、定力は、増々深くなる。

どの法門を修行するにしても、五根と 7 覚支のバランスは大切である。安般念を修行する時も、当然、例外ではない。五根の中で、信根と慧根はバランスしなければならず、精進根と定根は、バランスしなければならない。念根は、その真ん中にあって、それらを調整する役割を果たす。ここにおいて、信根とは、（＋我々にとって）安般念の修行は、人をしてその定力を向上させ、禅那（＝ジャーナ）を証得する事ができることを深く信じる事である。信根は、定力の育成に、非常に大きく影響し（＋支える事ができるが）、しかし、信根があまりに強すぎ、慧が余りに弱い場合、（＋人は）理性のない、盲目的な妄信となり、そのために、高度な修行の成果を得ることができない。ここで言う慧根とは、正確な修行方法を知ることを言い、慧根が強すぎて、信根が弱すぎる時、毎日高談し、批判と論評を繰り返し、実際の修行を実践・体験しようとはしない。そのような態度では、もちろん、真正なる利益を得る事は、できない。精進根とは、努力して、心を息に専注させることであるが、精進根が強すぎて、定根が弱すぎるとき、心は、掉挙・不安（＝浮つきと不安感）になる。

ある種の人々は、非常に強い心の力でもって専注すれば、迅速に定力を向上させることができると誤解しているが、実際、彼らは精進根と定根の作用を混同しているのである：定は、心をして息に専注させるもので、精進とは、背後で、推進と策励する力である。

あまり強力な精進力を費やさなくても、専一を維持できるのであり、専一を保持する時間が長いほど、定力は自然と益々深くなるが、これは五根がバランスできたときの結果（＝成果）であり、単に精進力だけを頼って達成できるものではない。多すぎる精進力は、摂心に役に立たないばかりでなく、気力を無駄遣いし、疲労を呼び、心が浮ついて不安になり、却って定力の向上に、障礙を齎す。また、定根が強くて、精進根が弱いとき、精進を継続するための推進（+力）が欠ける為、心は懈怠と昏沈（＝眠気）に向かってしまう。

五根のバランスのとり方は、正念でもって、この二組をバランスする事であって、（＋修行者は）正確な修行方法を理解しなければならないし、また、信心（＝確信の心）を

もって、実際に練習・実践し、適切な精進力によって、息への覚知を保持できれば、それで十分である；このように練習・実践に励み、（＋息を）覚知できている状態を維持する。息を覚知する正念の持続（＋時間）が長ければ長いほど、定力は増々深くなるが、この時、引き続き、適度の精進を保持し、正念を切らさないようにすれば、五根のバランスは達成される。

7覚支は、どのようにしてバランスするのか？　7覚支は、お互いに対立する二つのグループに分けることができる：択法、精進、喜という3覚支が、一つ目のグループで、軽安、定、捨という3覚支が、もう一つのグループである：そして、念が、その真ん中にあって、両方のグループのバランスをとっている。択法覚支とは、すなわち、善で巧みな方法によって、はっきりと息を知ることである；精進覚とは、息を知覚することに努力することである；喜覚支とは、息に対して興味と喜びを感ずることである。心が、懈怠と昏沈（=眠気）の傾向を持つとき、正念は、即刻、それを察知しなければならないし、また、択法、精進、喜という、この3つの覚支を強化し、活発でない心をして、策励させなければならない。

軽安覚支とは、すなわち、内心において、ゆったりとくつろぎ、心地よくあるようにする：定覚支は、すなわち、一心に息に専注し；捨覚支とはすなわち、平等で中道の事を言い、憂えず喜ばず、得失に執着しないことを言う。心の内に、掉挙または浮つきの傾向があるとき、正念は即刻それを察知して、軽安、定、捨というこの3覚支を強化し、余りに活発すぎる心を抑制しなければならない。この二つのグループの覚支のバランスが取れたとき、心はちょうどよく調整された事になり、浮つきも、沈み込みもなくなり、安定的に前進することができるようになる。正念がこのような状況を察知したなら、心を策励する必要も、抑制する必要もなく、ただ干渉しないで傍観するだけでよい。このように5根と7覚支をバランスする時、5蓋を排除する事が出来、その時、定力は順調に向上する。

定力が相当程度の進展を見せたとき、禅の修行者は、往々にして、各種各様の光明を経験することになるが、場合によっては、己の定力が光明に干渉されているように感じる事もある。これらの光明は、定の修行をしている過程に生じる自然現象であり、それらに構わず、一心にただ、息に専注していれば、それは徐々に習慣化する。習慣化した後なら、二度とその干渉を受けないし、この光明のおかげで、修行者は却って、息をはっきりと覚知することができるようになる。

もし、禅の修行者の定力が、相当安定的な程度に到達したならば、一炷の線香の間に、息に少なくとも一時間は、不断に専注する事ができるようになる。このような状態が連続して三日以上持続するならば、通常、禅相は、もう暫くすれば、出現するようになる。いわゆる「禅相」とは、禅定（＝ジャーナ）を修行する時の、心をして専注する対象の事である。安般念の禅相は、息が変化したものである。息が白色になるか、または光り輝くとき、それが禅相である；しかし、そのようであっても、その時はまだ、禅相に注意を払ってはならず、引き続き息に専注する事。というのも、出現したばかりの禅相は、通常は、安定しないからである。息が光輝く禅相に変化したなら、それは安定していると言える。この時、禅の修行者は、息に専注していた場合、自然と禅相にも専注することになり、その時は、心をして禅相に注意を向けさせ、息に注意を払わなくてよい。

禅相に注意を払うようになったその最初の頃は、禅相はあまり長く維持できないであろう。禅相が暗くなって光が無くなった時、再度息に専注して、定力を育成する。定力が向上すれば、息は、再び光り輝く禅相になり、同時に、心は自動的に禅相を専注するようになるので、その時は、心をして、そのまま禅相に専注するようにさせて、息の事は忘れてよい。このように何度も何度も練習して、禅相に専注する時間を、益々長く持続できるようにする。この過程において、時には、心は禅相と合一して一つとなり、一つの心にはただ、禅相があるのみで、第二の念が生起する事はない。これが安止定である。次の段階としては、安止定にできるだけ長く入っていられるように、練習する。

立ってする修行と、座ってする修行は、基本的には、あまり変わりがなく、双方とも、リラックスして快適である状態で、息を覚知する。行禅（＝歩く瞑想）の時は、まず、経行道（＝歩く瞑想に使われる道）の起点に立ち、目を閉じ、息を覚知する。心が静かになって、息を覚知する事ができるようになったら、そこで初めて、少しだけ目を開き、足を上げて、ゆっくりと前に進むと同時に、息を覚知し続ける。経行道の端っこまで歩いたならば、そこに立って、ひと時息を覚知し、その後にゆっくりと体を回転させ、同時に息を、引き続き覚知する・・・このように何度も行ったり来たりして、行禅を実践する。

体を横たえたときも、リラックスして快適であるようにし、その状態で、息を覚知する。このように、座っている時に、息への覚知を育成するだけでなく、行（＝歩く）、住（＝立ち止まる）、坐（＝座る）、臥（＝横になる）などの一切の威儀の中、朝、目が覚めて、夜眠るまでの間のすべての時間において、極力、息を覚知する練習をする。

「一分の耕作、一分の収穫」このように、正確な要領を掌握し、怠けず勤め励むならば、みなさんは、今回のリトリートにおいて、ジャーナを証得する、または最高の境地に到達する可能性がある。

在席各位の修行が成功しますように！

Ⅱ.　転法輪経経文

　私はこのように聞きました。ある時、世尊がバラナシ付近の、仙人墜処の鹿野苑においでの時、世尊は、五比丘に言いました：

「比丘たちよ。

二種類の行為は、出家者が従事してはならないものである。どの二種類であるか？　一種類は、感官の享楽で、それに沈潜してはならない。これは下等で、粗野で、凡夫のもので、非神聖で、利益のない行為である；もう一つ別の一種類は、自虐的な苦行である。これは苦痛であり、非神聖であり、利益の無い行為である。この二種類の極端を避け、如来は中道を実践する。この中道は、徹底的な見を引き起こし、真実の知を引き起こし、寂静、勝智（＝優れた智慧）、正覚、涅槃へと向かう。

比丘たちよ。

あの、徹底的な見を引き起こし、真実の知を引き起こし、寂静、勝智（＝優れた智慧）、正覚、涅槃へと向かう中道とは何か？　それは八聖道分であり、すなわち、正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定である。

比丘たちよ。

これが、徹底的な見を引き起こし、真実の知を引き起こし、寂静、勝智（＝優れた智慧）、正覚、涅槃へと向かう中道である。

比丘たちよ。

これは苦聖諦である：生（＝生まれる事）は苦であり（＊）、老いは苦であり、病は苦であり、死は苦であり、怨憎会は苦であり、愛別離は苦であり、求めて得られないのは苦である。簡単に言えば、五取蘊は苦である。

比丘たちよ。

これは苦集聖諦である：それは生まれ変わりを齎す貪愛であり、四方へ愛楽を求めること、すなわち、欲愛、有愛及び非有愛である。

比丘たちよ。

これが苦集聖諦である。

比丘たちよ。

これは苦滅聖諦である：すなわち、この貪愛の無余なる滅尽、捨棄、遠離、解脱、無執着である。

比丘たちよ。

これは苦の滅に至る道聖諦である：それは八聖道分であって、すなわち、正見、正思惟、正語、正命、正精進、正念、正定である。

＊訳者コメント：原文＜生＞は、生まれると言う動詞である。ときどき見かける＜人生は苦である＞という訳、解釈は、間違い。非有愛は、死ぬと後がないので（非有）、今を好き放題に生きたいと思う欲。断見の一種。

比丘たちよ。

私が『これは苦聖諦である』と思惟する時、以前に聞いたことのなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ（cakkhuṁ udapādi）、智が生じ（ñāṇaṁ udapādi）、慧が生じ（paññā udapādi）、明が生じ（vijjā udapādi）、光が生じた（āloko udapādi）。

比丘たちよ。

私が『この苦聖諦は徹底的に知られなければならない』と思惟する時、以前に聞いたことがなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

比丘たちよ。

私が『この苦聖諦はすでに徹底的に知られた』と思惟する時、以前に聞いたことのなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

次に、比丘たちよ。

私が『これは苦集聖諦である』と思惟する時、以前に聞いたことがなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

比丘たちよ。

私が『この苦集聖諦は断じ除かれなくてはならない』と思惟する時、以前に聞いたことがなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

次に、比丘たちよ。

私が『これは苦滅聖諦である』と思惟する時、以前に聞いたことのなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

比丘たちよ。　私が『この苦滅聖諦は証悟されなかればならない』と思惟する時、以前に聞いたことがなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、光が生じた。

比丘たちよ。　私が『この滅聖諦はすでに証悟された』と思惟する時、以前に聞いたことのなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

次に、比丘たちよ。

私が『これは苦の滅に至る道聖諦である』と思惟する時、以前に聞いたことのなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ（cakkhuṁ　udapādi）、智が生じ（ñāṇaṁ　udapādi）、慧が生じ（paññā　udapādi）、明が生じ（vijjā　udapādi）、光が生じた（āloko　udapādi）。

比丘たちよ。

私が『この苦の滅に至る道聖諦は修行されなければならない』と思惟する時、以前に聞いたことがなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

比丘たちよ。

私が『この苦の滅に至る道聖諦はすでに修行された』と思惟する時、以前に聞いたことのなかったこの法に関して、私の心中に眼が生じ、智が生じ、慧が生じ、明が生じ、光が生じた。

比丘たちよ。

私がこの、三転 12 相の四聖諦の如実知見に関して、十分に明晰でない時、私は諸天、魔と梵天、沙門たちと婆羅門、諸天と人間を擁する世間に向かって、無上の円満正覚を証悟したと宣揚することはしない。

しかし、比丘たちよ。

私がこの、三転 12 相の四聖諦の如実知見に関して、完全に明晰になった時、私は諸天、魔と梵天、沙門たちと婆羅門、諸天と人間を擁する世間に向かって、無上の円満正覚を証悟したと宣揚する。知見は私の心中に生起し、私は知った：私の解脱は揺ぎないもので、これは私の最後の一生であり、私はもはや、未来において生まれ変わる事はない。」

　世尊はこのように話すと、五比丘は世尊の話に、歓喜し、喜んだ。世尊の開示が終わると、コンダンニャの心中に清浄で汚れのない法眼が生まれ、そして彼は見た：一切の、生起する本質を有する法（＝現象）は、必ず滅する、という事を。世尊がこのように法輪を転じている時、地神が叫んだ：

「世尊がバラナシ仙人墜処の鹿野苑において無上の法輪を転じた。この回転する法輪は、どのような沙門、婆羅門、天神、魔、梵天または世間のどのような人間も、押しとどめることはできないものだ。」

四大王天の天神たちが、地神の叫び声を聞いたとき、彼らは叫んだ：

「世尊がバラナシ仙人墜処の鹿野苑において無上の法輪を転じた。この回転する法輪は、どのような沙門、婆羅門、天神、魔、梵天または世間のどのようなの人間も、押しとどめることはできないものだ。」

忉利天・・・夜摩天・・・兜率天・・・化楽天・・・他化自在天・・・梵衆天の天神たちは、天神たちの叫び声を聞いた時、彼らも叫び声をあげた：

「世尊がバラナシ仙人墜処の鹿野苑において無上の法輪を転じた。この回転する法輪は、どのような沙門、婆羅門、天神、魔、梵天または世間のどのようなの人間も、押しとどめることはできないものだ。」

　まさにその刹那、その時、その瞬間、叫び声は、梵天全体に広がった。一万個の世界系が、何度も揺らぎ、震動し、震え、また、広大無辺の、諸天の威神を越える殊勝な光明が生起した。ここにおいて、世尊は、感慨にあふれて、次のようにおっしゃった：

「コンダンニャが確実に、すでに分かった。コンダンニャが、確実に、すでに分かった。」と。これが、コンダンニャがその愛称を「分かったコンダンニャ」（Aññāsi-Koṇḍañña）と呼ばれる由来である。

「善来（＝おいでなさい）、比丘、法はすでに善く説かれた。梵行を善く修して、一切の苦を滅尽せよ。」

Ⅲ.　転法輪経解説

1、縁起

《転法輪経》は、仏陀が成道後、開示した最初の経で、この経が開示された対象は、五人の比丘である。シッダッタ太子は、出家して間もなく、剛毅な気力をもって、ウルヴェラ（Uruvera）の森の中で各種の苦行を修行した。この五人の比丘は、彼に仕え、彼の（＋生活に必要な）ささやかな需要に応えた。六年後、彼は、己を苛む苦行は、悟りへの道ではないと知って、苦行を放棄し、体に必要な食物を求めて食べた。このような状況の下、五人の比丘は、太子が悟りのために奮闘するのを止めたのだと思い、彼に失望し、彼から離れて、仙人墜処の鹿野苑に行った。

シッダッタ太子は、聖悟して仏陀になった後、五人の比丘が、人間界においては、最も、徹底的に仏法を悟る能力を有する人たちだと観察した結果、彼は仙人墜処に来て、彼らのために《転法輪経》を開示した。この経は、仏教徒の非常なる尊重を受けた。というのもこれは、仏陀が最初に行った転法輪の開示であり、天人たちと人々が、いままで聞いたことのなかった法であったから。

1-1、仙人墜処（Isipatana）

経文の最初に言う：私はこのように聞きました。ある時、世尊がバラナシ付近の仙人墜処の鹿野苑に住んでいた時・・・。

ここで言う「ある時」とは、仏陀が成道して後、二か月後、陽暦の 6、7 月の間の満月の日の事である。その時、仏陀は、ボーディガヤ（Bodhigaya、現在のブッダガヤ）から、仙人墜処（Isipatana）の鹿野苑に来た。ここにおける　isi　の意味は、「仙人または賢者」で、　patana　は、「墜落または、降下」である。我々の菩薩が仏陀になる前、多くの仙人とパーチェカ仏は、ヒマラヤに住んでいた。彼らは、自分の住居から鹿野苑に飛んできて降下し、バラナシの町（Bārāṇasī）に入り、托鉢した。托鉢が済むと、今度は、鹿野苑から飛び立ち、ヒマラヤへ戻ったのである。また、パーチェカ仏たちは、ここにおいて、布薩（＝ウポーサタ）やその他の集会を開いた；過去の諸仏もまた、神通力をもって、ここに来て降下し、《転法輪経》を開示した。このことから、ここを「仙人墜処」という。

2、五人の比丘

経文は以下のように続く：その時、世尊は、五人の比丘におっしゃった：

「比丘たちよ。二種類の極端な行為は、出家者は従事してはならない。どの二種類であるか？」　「出家者」（pabbajita）とは、煩悩を断滅する為に努力している人を言う。

彼は、世俗の生活を捨て、沙門の義務を履行し、禅の修行に励み、一切の煩悩を断滅して、永遠の寂静――涅槃（Nibbāna）を証悟ようとする。

ここで言う「五人の比丘」は、コンダンニャ（Kondañña）、バッディヤ（Bhaddiya）、ヴァッパ（Vappa）、マハーナーマ（Mahānāma）と、アッサジ（Assaji）である。その中のアッサジ比丘は、後にシャーリプトラ尊者の教師になった人である。

過去の 10 万大劫の中で、という事は、勝蓮華仏（Bhddha　Padumuttara）の時代から始まって、この五人の比丘は、波羅蜜の集積に余念がなく、かつ、過去の諸仏の教化の数回の期間において、観禅を修習して、行捨智（saṅkhārūpekkhāñāṇa）の段階まで到達していたのである。

2-1　四無礙解智

なぜ、我々に、彼らがすでに多くの波羅蜜を積んだのだという事が分かるのか？というのも、彼らは《無我相経》（Anattalakkaṇa　Sutta）を聞いた後に、阿羅漢果を証悟し、かつ同時に、四無礙解智を具足したからである。

四無礙解智とは：

１、義無礙解智（attha-paṭisambhidāñāṇa）：苦諦に対する無礙解智。

２、法無礙解智（dhamma-paṭisambhidāñāṇa）：集諦に対する無礙解智。

３、辞無礙解智（nirutti-paṭisambhidāñāṇa）：苦諦法と集諦法の語彙及び文法を使用する事に対する無礙解智。

４、応弁無礙解智（paṭibhāna-paṭisambhidāṇñāṇa）：上述の三種類の無礙解智に対する無礙解智。

2-2　五つの条件

四無礙解智を成就するには、以下の五つの条件が必要である：

１、証悟（adhigama）：阿羅漢道またはその他の、何か一つの聖道を証する事。

２、教理に精通する（pariyatti）：三蔵聖典の暗唱。

３、聞法：（savana）：細心に、尊敬の念をもって仏法を聞く。

４、質問（paripuccgā）：注釈を研究し、三蔵の中の難題を理解する。

５、先行する修行（pubbayoga）：かつて、過去仏の教法の中で、「往復義務（gata-paccāgata-vatta）を履行して、止観の修行をして、行捨智の段階に到達している事。「往復義務」とは、村に入って托鉢するために（＋村とお寺を）往復する時、止禅または観禅に専注して修行する事。（《清浄道論》参照の事）。

この五つの条件の内、第一項は、四無礙解智を証悟する、その生において証悟する。残りのよっつは、過去仏の教化の時期に、すでに育成されてあるもの。ゆえに、我々は以下の事実を忘れてはならない：仏陀の開示する《転法輪経》を聞いた五人の比丘は、過去仏の教化の時代に、すでに深くて厚い波羅蜜を蓄積していたが故に、彼らが阿羅漢果を証悟する時、同時に四無礙解智も成就することができたのだということを。

3、二種類の極端

二種類の極端な行為について、仏陀はこう述べている：

「一種類は、感官の享楽に迷い、沈潜する事で、これは低俗な、粗野な、凡夫の、非神聖な、利益のない行為である；もう一つは、己を苛む苦行で、これは苦痛で、非神聖で、利益のない行為である」

ここにおいて、仏陀の言う二種類の極端な行為の内、一つは、感官の享楽に迷い、沈潜する事である。我々の菩薩――シッダッタ太子は、出家する前、長年にわたって、感官の享楽を享受していた：彼は、一年の内の三つの季節に合う三座の豪華な宮殿（＋を持っていて、季節ごとに、それに）住み分けていた；美しくて忠実な妻――ヤソーダラを娶っていたし、可愛い息子――ラーフラにも恵まれた；彼の周囲にいた人々や出来事は皆愉快で楽しいものだった。しかしながら、彼はこの豪奢な生活の中で、彼が（世々代々）探し求めてきた真理を見つける事はできなかった。これが、なぜ彼が成道の後、「感官の享楽に迷い、沈潜する事は低俗な、粗野な、凡夫の、非神聖な、利益のない行為である」と宣言したか、という理由である。

もし比丘が感官の享楽に迷い、沈潜するならば、彼は欲楽への執着は日増しに強くなり、貪欲の渦に巻き込まれて、自ら抜け出せなくなり、そのゆえに、涅槃を証すること、またはその他の比較的低いレベルの禅の修行の成果さえも、証悟することはできないのである。

もう一つの極端は、己を苛む苦行である。それはたとえば、呼吸を止める時間を徐々に伸ばしていくとか、断食、草を食べる、苔を食べる、土を食べる等；一日一粒の豆だけ、一粒のゴマだけ、または一粒の米だけを食べる、長時間一本足で立つ、棘の上で寝る等々である。古代のインド人は、煩悩は身体から来ていると考えて、色々な方法で己の身体をいじめて、煩悩を断とうとしたのである。我々の菩薩は、出家の後、色々な、己を苛む苦行を修行したけれども、その辛苦は、他の人々と、比べられない程であった。

彼の身体は極度に衰弱し；彼の両足は、葦のように細かった；彼の坐骨はラクダの蹄の様であった；彼の背骨は一本の綱のように、背中から飛び出ていた；彼の肋骨は、荒れ家の梁のようであった；彼の眼は、深く頭部に落ち込んでいて、深い井戸の底にある水のようであった。彼はもう死ぬかと思うほどの修行をなしたが、たとえこのような艱難辛苦の修行をしたとて、彼は己が長年探し求めていた真理を見つけることはできなかった。

故に彼は、成道の後、このように宣言したのである：「己を苛む苦行は苦痛で、非神聖で、利益のない行為である」。もし比丘が、己を苛む苦行に迷い沈潜するならば、身体は衰弱し、心もまた激痛が原因で落ち着かず、そのことが原因で、深くて厚い定力を育成することができない。深くて厚い定力が無いとき、諸法を如実に知ることはできず、故に四聖諦を徹底的に証悟することはできない。

4、中道

仏陀は続けて言います：

「この二種類の極端を避けて、如来は中道を実践する。この中道は、徹見（＝徹底的な知見）、真知（＝真実なる知見）を引き起こし、寂静、勝智、正覚、涅槃へと向かう」

「中道」と呼ばれるのは、それが、二種類の極端な行為を避けているからである。

ここでいう「徹見」（cakkhu 眼）は、四聖諦を見通す慧眼の事である；

「真知」（ñāṇa 智）は、四聖諦を理解し悟る智慧の事である；

「寂静」（upasama）は、一切の煩悩が余すことなく滅尽する事である；

「勝智」（abhiññāṇa）は、四聖諦を理解し悟る智慧の事である；

「正覚」（sambodha）は、四聖諦を知り、理解する聖道智である。

「涅槃」（Nibbāna）は、生死輪廻の束縛から永遠に解脱する事であり、究極的な楽である。

4-1、軛孔経

ここで、私は《相応部・軛孔経》（Saṁyutta Nikāya、Chiggaḷayuga Sutta）の中の経文を一部分引用して、四聖諦の重要性を説明したいと思う。この経の中で、仏陀は言う：

「比丘たちよ。もし、ある人が、真ん中に穴の開いた軛を大海の中に放り込んだとして、そして、海の中に一匹の盲目の海亀がいるとして、そのカメが百年毎に一度だけ海面に浮かび上がるとする。比丘たちよ。あなた方はどう思うか？あの、百年に一度だけ海面に浮び上がる盲目の海亀は、その頭を、真ん中に穴の開いた軛に突っ込むことがあるだろうか？」

「世尊、もし、その海亀がそのようにするならば可能ではありますが、しかし、非常に長い時間が掛かります。」

「その、百年毎に一回だけ海面に浮かび上がる盲目の海亀が、真ん中に穴の開いた軛に頭を突っ込むのに必要な時間は、愚かな人が、悪道に堕ちた後、再び人間界に生まれ変わる時間より、なお短い。どうしてか？比丘たちよ。悪道における行為は、仏法の導きがなく、正しい行為がなく、善行がなく、徳行がなないが故に。そこにおいて常に見られるのは、相互の殺戮と、弱肉強食である。

どのようにしてか？　比丘たちよ。その理由とは、彼らが四聖諦を知らないからである。

四聖諦とは何か？　それはすなわち、苦聖諦、苦の集の聖諦、苦の滅の聖諦と苦の滅に至る道聖諦である。

ゆえに、比丘たちよ。

『これは苦である』と知ることに努力しなければならない；

『これは苦の原因である』と知ることに努力しなければならない；

『これは苦の止滅である』と知ることに努力しなければならない；

『これは苦の滅に至る道である』と知ることに努力しなければならない。」

ここから、（＋我々は）知ることができる。もし、悪道に堕ちる事を避けたいと思うのであれば、四聖諦を知らなければならない。中道とは、四聖諦を知り、涅槃を証悟するための徹見、真知、正覚を獲得する唯一の道なのである。

4-2　八聖道分

仏陀は《転法輪経》の中で、引き続き、以下のように言う：

「比丘たちよ。徹見を引き起こし、真知を引き起こし、寂静、勝智、正覚、涅槃へと向かう中道とは、何か？　それは八聖道分であり、すなわち、正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定である。比丘たちよ。これが、徹見を引き起こし、真知を引き起こし、寂静、勝智、正覚、涅槃へと向かう中道である。」

ここにおいて、私は解説したいと思う。「正見」（sammā-diṭṭhi）とは何か？

《大念処経》において、仏陀は、正見の四つの面について解説したが、それは以下の通りである：’dukkhe　ñāṇaṁ、dukkhasamudaye　ñāṇaṁ、dukkhanirodhe　ñāṇaṁ、dukkha-nirodhagāminīpaṭipadāya　ñāṇaṁ――「苦を知る智慧、苦の集を知る智慧、苦の滅を知る智慧、苦の滅に至る道に関する智慧」――この四種類の智慧を正見という。

「正思惟」（sammā-saṅkappa）とは何か？　心をして、苦諦に投入せしめ、心をして集諦に投入せしめ、心をして滅諦に投入せしめ、心をして道諦に投入せしめる事である。この四種類の、心をして投入せしめる法を、正思惟という。禅那（＝ジャーナ）法も苦諦に含まれる為、心をしてジャーナの目標に投入せしめる事及びジャーナ法もまた、正思惟である。　正見と正思惟は、常に同伴して存在する。それらは同じ一つの心識刹那の中で生起する。それらは慧学に属する。

「正語」(sammā-vācā）、「正業」（sammā-kammanta）と「正命」（sammā-ājĪva）は戒学に属する。すなわち、戒行の訓練である。正精進、正念と正定は、定学に属する。
「正精進」（sammā-vāyāma）とは何か？　止禅の修行をする時、止禅の目標に完全に専注する為に努力することを正精進という。観禅の修行をする時、苦諦、集諦、滅諦と道諦を徹底的に知るために、努力することを正精進という。

「正念」（sammā-sati）とは何か？　苦諦の憶念（＝記憶）を忘れず、集諦の憶念を忘れず、滅諦の憶念を忘れず、道諦の憶念を忘れない事である。この四種類の憶念を忘れない事を正念という。

「正定」（sammā-samādhi）とは何か？　止禅において、八定及びそれらの近行定を正定と言う。八定とはすなわち：初禅、第二禅、第三禅、第四禅、空無辺処定、識無辺処定、無所有処定及び非想非非想処定である。

観禅の時、行法及び行法の無常・苦・無我の三相に専注するのを正定と言う。この正定は、必然的に正見と同時に存在していて、同じ一つの心識刹那の中で生起する。これは世間的正定である。出世間的正定とは、すなわち、涅槃を目標（所縁）とし、聖道智と同時に生起する。

5、四聖諦

5-1、苦聖諦

仏陀は言う：

「比丘たちよ。これは苦聖諦である：生は苦である、老いは苦である、死は苦である、怨憎会は苦である、愛別離は苦である、求めて得られずは苦である。簡単に言えば、五取蘊は、苦である。」

生、老、病、死は、世俗諦（sammuti　sacca）から言っても、究極諦(paramattha　sacca)から言っても、すべて苦である。すべての究極名色法には、生（jāti）、住（jarā；老）、滅（maraṇa；死）という三つの時がある。仏陀は《大念処経》の中で、生、老、死をこのように説明している：

「比丘たちよ。生とは何か？

どのような衆生であろうとも、いかなる衆生の社会にあっても、誕生があり、出現があり、生起があり、諸蘊の顕現、諸処の獲得がある。比丘たちよ。それは、生と呼ばれる。

比丘たちよ。老いとは何か？

どのような衆生であろうとも、いかなる衆生の社会にあっても、衰えがあり、朽ちることがあり、歯が損壊し、頭髪が白くなり、皮膚に皺がより、身体は老いて縮み、諸々の根は老熟する。比丘たちよ。それは、老いと呼ばれる。

比丘たちよ。死とは何か？

どのような衆生であろうとも、いかなる衆生の社会にあっても、死亡、死去、解体、消失、命の終り、諸蘊の分離、身体の捨棄、命根の破壊がある。比丘たちよ。それは、死と呼ばれる。」

（＋前篇「4－8」で述べた）この種の苦以外に、別の経の中で、仏陀は、また別の五種類の苦について語っている。それはすなわち、愁、悲、苦、憂、悩である。仏陀は《大念処経》の中で、以下のように解説している：

「比丘たちよ。愁とは何か？

いついかなる時でも、何らかの不幸によって、どのような人であっても、苦悩に遭遇せざるを得ない法（＝現象、以下同様）で、それによって、憂愁、悲しみ、苦悩、内心の哀切、内心の悲痛が有る時、比丘たちよ、それは愁と呼ばれる。

比丘たちよ。悲とは何か？

いついかなる時でも、何らかの不幸によって、どのような人であっても、苦悩に遭遇せざるを得ない法で、それによって泣く事、悲泣する事、大きな声で悲嘆する事、高い声で哀切に叫ぶ事が有る時、比丘たちよ、それは悲と呼ばれる。

比丘たちよ。苦とは何か？

すべての身体の痛苦の感受、身体の不愉快の感受、または身体が接触することによって生じる痛苦または不愉快の感受、比丘たちよ、それは苦と呼ばれる。

比丘たちよ。憂とは何か？

すべての心理的痛苦の感受、心理的な不愉快の感受、または心理的な接触によって生起する痛苦または不愉快な感受、比丘たちよ、それは憂と呼ばれる。

比丘たちよ。悩とは何か？

いついかなる時でも、何らかの不幸によって、どのような人であっても、苦悩に遭遇せざるを得ない法で、憂いと悩み、大きな憂い悩み、及び憂いと悩み、大きな憂いと悩みによって苦痛を感受する事、比丘たちよ、それは悩と呼ばれる。」

「怨憎・会、愛・別離、求・不得」は、有貪の苦（sarāga-dukkha）という。それは、執着によって生じる苦であるから、とする。仏陀は《大念処経》の中で、このように説明している：

「比丘たちよ。怨憎会とは何か？

ここにおいて、どのような人であっても、欲しいと思わないもの、いやなもの、不愉快な色塵、声塵、香塵、味塵、触塵または法塵を有する時、あるいは、どのような人であっても、心の中に悪意を有する者、心に害意を有する者、心に騒乱の意を有する者、心に危害の意を有する者、これらの人々と出会い、付き合い、連絡し、結合する事、比丘たちよ、それらを怨憎会苦という。

比丘たちよ。愛別離苦とは何か？

ここにおいて、どのような人であっても、欲しいと思うもの、喜ばしいもの、愉快な色塵、声塵、香塵、味塵、触塵または法塵を有し、あるいは、どのような人であっても、心の中に善意を有する者、心に好意を有する者、心に慰めの意を有する者、心に安らぎの意を有する者、母親、父親、強大、姉妹、友人、仕事仲間または親族を有し、そしてその後に、これら人々との出会い、付き合い、連絡、結合を失う事、比丘たちよ、それらを愛別離苦という。

比丘たちよ。求不得苦（＝求めても得られない苦）とは何か？

比丘たちよ。生を受ける衆生が、内心においてこのように願望する：

『どうか私は、生を受けませんように、どうか私は生まれ変わりませんように！』。

が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

老を受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、老いを受けませんように、どうか私は老いさらばえることのないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

死を受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、死を受けませんように、どうか私は死亡することのないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

愁いを受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、愁いを受けませんように、どうか私に愁いがないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

悲しみを受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、悲しみを受けませんように、どうか私に悲しみがないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

苦を受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、苦を受けませんように、どうか私に苦がないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

憂を受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、憂を受けませんように、どうか私に憂がないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

比丘たちよ。

苦悩を受ける衆生が、内心においてこのように願望する：『どうか私は、苦悩を受けませんように、どうか私に苦悩がないように！』。が、しかし、このことは願望だけによって達成することはなく、これを求不得苦という。

そして仏陀は、統括的な方式で、以下のように苦諦について、解説する：「簡単に言えば、五取蘊は苦である。」五取蘊とは、すべて、観智の目標となるものである。

五取蘊とは何か？

それはすなわち、色取蘊、受取蘊、想取蘊、行取蘊及び識取蘊である。

色取蘊とは何か？

《蘊品相応・蘊経》（Khandhā Sutta、 Khandha Vagga Saṁyutta）の中で、仏陀は開示し言う：’Yam kiñci rūpaṁ atītānāgatapaccuppanṇāṁ ajjhattaṁ vābahiddhā vā olārikaṁ vā sukhunmaṁ vā hīnaṁ vā paṇitaṁ vā yaṁ dure santike vā sāsavaṁ upādāniyaṁ ayaṁ vuccati rūpupādā nak-khandho.’——「すべての、過去のものであっても、未来のまたは現在のものであっても、内部のもの、または外部のものであっても、粗いものまたは微細なもの、下劣なものまたは殊勝なものであっても、遠くのものまたは近くのものであっても、執着の対象になる色法は、すべて色取蘊と呼ぶ。」

仏陀は、同様の方式で、受取蘊、想取蘊、行取蘊及び識取蘊を説明している。こうしたことから、みなさんは、現在の五取蘊が苦諦であるだけでなく、過去の、未来の、内部の、外部の、粗いもの、微細なもの、下劣なもの、殊勝なもの、遠いもの及び近いもの五取蘊は、すべて苦諦法であある事を理解する必要があるのである。

これらの五取蘊が、どうして執着の対象となるのであるか？

衆生の心身は、五蘊で構成されている。無明が原因で、凡夫は色法を「我（私）」「私の」または「私の自我」と見做す。そして、そのために、色法に対して貪愛と執着が生じる。受、想、行、識への貪愛と執着もまた同様である。故に、いまだ諸法を如実に知見したことのない凡夫にとっては、これら五蘊は、執着の対象となる。実際、出世間名法以外の、その他の蘊は、みな取蘊である。四聖諦を知らないならば、涅槃を証悟することはできない。そして、苦聖諦は、まさに四聖諦の第一番目の項目である。それは、上述した 11 種類の五取蘊を含む。もし、涅槃を証悟し、生死輪廻から解脱したいの思うのであれば、これら五取蘊について理解しなければならない。

5-2、苦集聖諦

経文は、第二項の聖諦を、以下のように解説する：

「比丘たちよ。これが苦集聖諦である；それは生まれ変わりを齎す貪愛であり、四方に愛楽を探し求めるが、それはすなわち、欲愛、有愛及び非有愛である。比丘たちよ。これが苦集聖諦である。」

この経文の中で、仏陀は貪愛は集諦であると、教えている。《増支部・立処経》（Aṅguttara　Nikāya、Tiṭṭhāyatana　Sutta）の中で、仏陀は縁起を集諦であると教え示している。私は、当該の経の一部分を引用して、苦集聖諦について解説する：

「比丘たちよ。苦集聖諦とは何か？

無明の縁により行があり、

行の縁により識があり、

識の縁により名色があり、

名色の縁により六処があり、

六処の縁により触があり、

触の縁により受があり、

受の縁により愛があり、

愛の縁により取があり、

取の縁により有があり、

有の縁により生があり、

生の縁により老い、

死、愁、悲、苦、憂、悩がある。

一切の苦の蘊は、このように生起する。」

このように、無明（avijjā）、愛（taṇhā）、取（upādāna）、行（saṅkhāra）と業（＋または有、有業とも、kamma）は、皆、集諦である。簡単に言えば、一切の不善業と、生まれ変わりを齎す善業は、みな集諦である。《分別論・諦分別》（Sacca　Vibhaṅga）の中で、仏陀は五種類の方式で、集諦を解説している：

１、貪愛（taṇhā）は集諦である；

２、10 種類の煩悩（貪、瞋恚、痴、驕慢、邪見、疑、昏沈、浮つき、無慙、無愧）は集諦である；

３、一切の不善法は集諦である；

４、一切の不善法及び生まれ変わりを齎す三つの善根（無貪、無瞋、無痴）は集諦である；

５、一切の不善法と生まれ変わりを齎す善法、または一切の不善業と生まれ変わりを齎す善業は、みな集諦である。

一切の不善業と、生まれ変わりを齎す善業は、すべて集諦である。それではなぜ、仏陀は、当該の経文において、ただ貪愛だけを集諦である、と述べたのか？　それはたとえて言えば、一粒の種の中に、いまだ水分が含まれているか、または（＋エネルギーが）潜在している時、それを適切な環境におけば、それは根を生やし、発芽するがそれと同様に、業力に貪愛が伴う時、それは果報を結果する；もし、貪愛がないならば、業力はいかなる果報も結果することはない。これが、なぜ、仏陀が貪愛は集諦である、と述べたか、という理由である。貪愛の故に、衆生は「四方へ愛楽を追い求める」。私は、《アッサカ本生経》(Assakajātaka）の物語を引用して、衆生はどのように、四方へ哀楽を追い求めるかを、説明したいと思う。

ある時、世尊が祇園精舎に住んでいた時、彼は、一人の前妻を思慕する比丘に、この物語を語った。世尊は、その比丘に、本当にその女性を思慕しているのかと尋ねた。

その比丘は答えて曰く：「はい。」

世尊は、続けて尋ねる：「あなたが思慕しているのは誰ですか？」

比丘は答える：「すでに亡くなった、私の前妻です。」

その時、世尊は言った：「比丘よ、あなたは、今回だけ、その女性に対して、貪愛で（＋心が）一杯なだけでなく、過去においても、彼女のあなたへの愛が、あなたを極めて苦しめたのです。」

そして、世尊は次のような物語を語った。

5-2-1　アッサカ本生経

昔、名をアッサカ（Assaka）という国王が、カーシ国の波達里という町に住んでいて、公正公平に己の国を治めていた。彼の皇后ウッバリ（Ubbari）は、彼の非常に愛する女性であった。彼女は非常に美しく、仙女の美しさには及ばないものの、実にほれぼれとする人で、その他の女性で彼女を越せる人はいなかった。彼女が亡くなった後、国王は非常に悲しみ苦しんだ。彼は彼女の身体に油を塗り、棺桶の中におさめ、その棺桶を自分のベッドの下に置いた。そして、彼はベッドの上に寝て、何も食べない、何も飲まないで、ただ泣き暮らした。彼の父母、親戚、友人、国師及び臣民が、彼に一切の事物は最終的には壊滅するものであって、ゆえに悲嘆する必要はないと説いても、誰も彼を説き伏せることはできなかった。七日間の間、彼は、悲痛のうちに、横になっていた。

当時、菩薩はヒマラヤの麓に住む、一人の沙門であった。彼は、五神通と八定を擁していた。ある日、彼は天眼通で、インドを観察した所、アッサカ王が悲泣しているのが見えたので、即刻、彼を助けてあげようと決心した。彼は神通を利用して天空に飛びあがり、その後、国王の公園に降り立ち、まるで金の像のように、公園の、石でできた円座の上に座っていた。波達里の町の一人の年若い婆羅門が公園に来て、この菩薩を見つけた。そして、菩薩に挨拶した後、彼は菩薩の傍らに座った。菩薩は親しげに彼に問うた：「あなた方の国王は、公正な国王ですか？」

青年は答えた：「ええ、尊者。国王は非常に公正です。しかし、彼の皇后が亡くなったばかりです。彼は彼女の遺体を棺桶に入れた後、ずっと悲しみのために、横になっていて、今日で七日目になります。どうしてあなたは、国王の悲しみを取り除きに行こうとしないのですか？あなたのように、徳行を備えた方こそ、国王の悲しみを取りのぞくよう行動するべきです。」

菩薩は答える：「私は国王を知りません、お若い方。しかし、もし彼が私に聞きに来たならば、私は皇后がどこへ生まれ変わったかを教える事ができるし、その上、彼女に話をさせることもできます。」

青年は言う：「もしそうであるならば、尊者。どうかここでお待ち下さい。私は国王に言って、あなたに会うように勧めてきます。」

菩薩は同意し、若い婆羅門は、急いで国王に会いに行き、この一件を知らせた。彼は国王に向かって言った：「あなたは、あの天眼通を持つ人に会うべきだ！」

国王は、再びウッバリに会えるのかと思って、非常に喜んだ。彼は馬車に乗ってその公園に行った。菩薩に挨拶して後、彼は傍に座り、尋ねた：「ある人が、私に、あなたが私の皇后の生まれ変わった先の場所を知っていると言いましたが、それは本当でしょうか？」

「ええ、国王。私は知っています。」菩薩は答える。国王は彼女がどこに生まれ変わっているかを、問うた。

菩薩は答える：

「国王。彼女は、己の美貌を過度に自慢して、そのために生活が放逸で、善い事をしませんでした。ゆえに、彼女は、現在、この公園の中で一匹の糞虫（＝糞の中の蛆）になっています。」

「そんなことは信じられない！」国王は言う。

「それでは、私が彼女を連れてきて、あなたに会わせましょう。それに、彼女に話をさせることもできます。」

「彼女に話をさせてくれ！」国王は言う。

菩薩は命令する：

「牛糞の中で忙しくしている、そこの二匹よ。こちらに来て、国王にお目通りしなさい！」

彼の神通力によって、彼らは国王の前にやって来た。菩薩はその中の一匹を指差して国王に言った：「国王、ごらんなさい。これがあなたの皇后、ウッバリなのだ！彼女は、彼女の糞虫夫と共に、糞の塊から出てきた所なのですよ。」

「ええ？私の皇后ウッバリは、一匹の糞虫になっているって？私は信じない！」

「国王。私が、彼女に話をさせます。」

「彼女に話をさせて！尊者。」

菩薩は神通力によって、彼女に人語が話せる能力を与え、その後に言った：

「ウッバリ！」

「何でしょう、尊者？」彼女は人語で答えた。

「あなたは、前世はどのような名前だったか？」菩薩は訊ねる。

「尊者、私はウッバリという名で、アッサカ王の皇后でした。」彼女は答える。

菩薩は引き続き尋ねる：

「教えてくれたまえ。今、あなたはアッサカ王を愛しているか、それともこの糞虫を愛しているか？」

彼女は答える：

「尊者、それは私の前世でのことです。当時、私と王は公園の中に住んでいて、一緒に色、音、香り、味、触の五欲を享受していました。しかし、今では、私の記憶はすでに、転生することによって、曖昧模糊となりました。彼は私にとって、（＋今となっては）何だというのでしょうか？今の私は、アッサカ王を殺して、その喉の血でもって、私の夫である糞虫の足を洗ってあげたいものよ！」

その後に、彼女は人語によって、国王の面前で以下の様な偈詩を述べた：アッサカ大王は、かつての私の愛する夫であった、我々は相思相愛、愛し合ってこの公園で散歩した。しかし、今では新しい愁い、新しい喜びが古いものを打ち消した、私の糞虫夫は、アッサカ王より更に愛おしい。アッサカ王は、それを聞いた後、即刻、己の行為に恥ずかしさを覚えた。彼はその場ですぐに、部下に命じて皇后の遺体を取りのけさせ、己の

頭を洗った。彼は菩薩に礼拝すると、自分の城へ帰って行った。その後、彼は一人の皇后を娶り、王国を公正に統治した。菩薩は、国王を指導し、彼の悲痛を取り除いた後、ヒマラヤの麓に、帰った。

この物語を語った後、世尊は仏法を開示した。開示が終わると、前妻を思念する比丘は、初道と初果を証悟した。その後、世尊は、あの（＋物語の）世の出来事の人々についてこう語った：

「あなたの、すでに亡くなった前妻はウッパリーで；あなたはアッサカ王であった；シャーリプトラは、あの年若い婆羅門で、あの沙門は私です。」

このように、ウッパリー皇后は人間であった時に、生活が放逸で、愛楽を追及した。彼女の、喜と貪の付随する貪愛は、彼女をメスの糞虫（＝糞の中にいる蛆虫）に生まれ変わらせる原因となった。糞虫のような下等な生命に生まれても、彼女は引き続き愛楽に沈潜して、新しい夫と共に、歓び（＋の種を）探し、楽しく過ごす（＋ことに執着している）。これこそが、まさに貪愛の特徴である――四方に愛楽を求める事。

しかし、そのようなことは、ウッパリー皇后がそうであっただけでなく、一切の、いまだ果を証悟していない凡夫は皆、生死輪廻の中で、四方に愛楽を追い求め、貪愛が生死輪廻の中で尽きせぬ痛苦を齎すことを、知らないでいるのである。

《清浄道論》では、三種類の貪愛を、以下のように説明している：

1. 欲愛（kāma-taṇhā）：欲望に基づいて色（＝身体・物質）、音、香り、味、触、法六塵（法塵は、五種類の浄色、16 種類の微細色、心、心所及び概念法、たとえば、安般禅相、遍禅相等を含む。心と心所は名法で、ジャーナ法を含む）を貪愛する事。

2. 有愛（bhava-taṇhā）：常見に伴って生起する貪愛。常見（sassata-diṭṭhi）とは、すべての六塵またはどれか一つの塵は、霊魂であって、世々代々存在していると考える事。

3. 非有愛（vibhava-taṇhā）：断見に伴って生起する貪愛。断見（uccheda-diṭṭhi）とは、すべての六塵は霊魂であって、人が死亡すると、完全に壊滅するという考え。

ここにご在席のみなさんは、集諦は苦諦の原因であることを、忘れないで頂きたい。この経の中で、仏陀は以下のように指導している；「簡単に言えば、五取蘊は苦である。」

集諦は、五取蘊の生起する原因である。みなさんには、この種の因果関係を覚えておいて頂きたい。苦諦法と集諦法は、観智の目標である。故に、みなさんは、観禅を修行する必要があるが、その前に、それらを徹底的に知っておかなければならないのである。どのように実践するのか？　以下において、私はそれを、詳細に説明する予定である。

5-3　苦滅聖諦

次に、経文は第三番目の聖諦を説明する：

「比丘たちよ。これが苦の滅する聖諦である：すなわち、この貪愛の無余なる滅尽、捨棄、遣離（＝手放し、離れる事）、解脱、無著である。」

当該の経の中で、仏陀は貪愛の無余（＝完全な、以下同様）なる滅尽は滅諦であると述べている；しかし、その他の経の中では、仏陀は、苦諦の無余なる滅尽は滅諦である、と述べている。どうして、このような二種類の異なる説明が存在するのか？実際は、それらは同じことを指し示しているのである。貪愛の無余なる滅尽によって、または無明、愛、取、行、業の無余なる滅尽によって、五蘊（苦諦）は無余に滅尽するからである。果が滅するのは、因が滅するが故である；因が滅することによって、果が滅する。この二種類の説明の仕方の内、一種類は、因の滅によって説明しており、もう一種類は、果の滅によって説明しているのであるが、事実上は同じ道理を言っているに過ぎないのである。これが、仏陀が、ある時は、貪愛の無余なる滅尽を滅諦であると言い、ある時は、五蘊の無余なる滅尽を滅諦であると言う、その理由である。

《増支部・立処経》の中で、仏陀は、縁起の無余なる滅尽もまた滅諦である、すなわち、苦滅聖諦であると説明し、指導している。私は、当該の経の一部分を引用して、苦滅聖諦の説明をしたいと思う：

「比丘たちよ。苦滅聖諦とは何か？　無明の消失と（＋無明の）無余なる滅尽によって、行が無余に滅尽する；行が無余に滅尽することによって、識が無余に滅尽する・・・この一切の苦の蘊が無余に滅尽する。比丘たちよ。これを苦滅聖諦と呼ぶ。」

言い換えれば、無明、愛（＝渇愛）、取、行及び業が無余（＝完全）に滅尽したことによって、識、名色、六処、触及び受が無余に滅尽するのである。この種の因と果の無余なる滅尽は、苦滅聖諦または、滅諦と呼ばれる。この種の滅諦は、観智の目標である。

実際、涅槃とは、とりもなおさず滅諦なのである。上述の二種類の滅は、涅槃を目標とした聖道智によって生起する。四種類の聖道智は、涅槃を目標としており、それらは、徐々に、煩悩を、無余に滅尽する。煩悩が無余に滅尽するが故に、般涅槃の後は、何らかの蘊を生じせしめる業が存在しないため、五蘊もまた、無余に滅尽する。しかし、ある種の弟子にとって、涅槃を理解することが非常に難しかったので、仏陀は二種類の滅のうち、どの滅も滅諦であると、説明したのである。

時には、涅槃は「無為界」（asaṅkhata　dhātu）と呼ばれるが、その場合、涅槃（無為）は因で、二種類の滅は果である。滅諦は、因でもありえるし、果でもありえる。言い換えれば、無為涅槃は因で、有余涅槃及び無余涅槃は果ともいえる。有余涅槃及び無余涅槃とは何か？煩悩の無余なる滅尽は、「煩悩般涅槃」（Kilesa-Parinibbāna）または「有余涅槃」（Saupadisesa-Nibbāna、その意味はすなわち、いまだ五蘊が残存している事）と言う。　五蘊の無余なる滅尽は、「蘊般涅槃」（Khandha-Parinibbāna）または「無余涅槃」（Anupadisesa-Nibbāna）と言う。

たとえば、仏陀の煩悩の無余なる滅尽は、証悟して、仏と成った時に、発生した。ブッダガヤ（Bodhgaya）において、彼の四種類の聖道智は、無為界（涅槃）を目標として取り、段階を追って、一切の煩悩が、無余に滅尽した。45 年の後、彼はクシナーラ（Kusinārā）で大般涅槃したが、その時、彼の五蘊は完全に、無余に滅尽したのである。涅槃は、出世間四聖道、四聖果の目標（所縁）である。しかし、涅槃を証悟する以前、修行者は、観禅を修習する時、必ず二種類の滅を、観の修行の目標として、取らなければならない――それはすなわち、煩悩の無余なる滅尽と、五蘊の無余なる滅尽である。これらの目標を了解している観智を「生滅智」（Udaya-vaya-ñāṇa）という。この事は、次回の法話にて説明する。

5-4　苦の滅に導き至る道聖諦

引き続き、仏陀は第四項目の聖諦を説明する：

「比丘たちよ。これは苦の滅に導き至る道聖諦である：それは八聖道分であり、すなわち、正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定である。」

時には、八聖道分を道諦（magga-sacca）と呼ぶ事が有るが、しかし、本経典の中では、仏陀はそれを「苦の滅に導き至る道聖諦」（dukkhanirodha - gāminī-paṭipadā ariyasacca）と言っている。この二種類の名称の、その意味は同じである。

八聖道分には二種類があり、それはすなわち、世間的ものと、出世間的なものである。もし、出世間の八聖道分に到達したいのであれば、みなさんは、まず先に、世間的八聖道分を育成する必要がある。一つの聖道の出世間八聖道分は、ただ一人一人の心の流れの中で、ただ一度しか生起する事がない。ゆえに、それ自身は、育成されたものではない。世間的八聖道分で言えば、あなたが観禅を修習している時、5 項目の聖道分が同時に存在する。たとえば、もしあなたが、五蘊およびそれらの因を照見することができるならば、更に進んで、これらの行方の無常・苦・無我の三相を観照しなければならない。苦諦法と集諦法は、共に行法と呼ばれる。それらの生滅する本質を透視する事を通して、あなたはそれらの無常を知る；それらが生滅の圧迫を受けている本質を透視する事を通して、あなたはそれらの苦を知る；それらの恒常なる自我を持たない本質を透視する事を通して、あなたはそれらの無我を知る。

このように観照する時、これらの行法の無常・苦・無我の三相を知る智慧は正見である；心をこれらの行法及びその無常・苦・無我の三相に投入するのは、正思惟である。正見と正思惟は、同時に存在する。

行法の、無常・苦・無我の三相を照見する為に行う努力は、正精進である。

行法の、無常・苦・無我の三相を憶念して忘れないのは、正念である。

行法の、無常・苦・無我の三相に専注するのは、正定である。

このように、禅の修行者が観禅を修行する時、上述の五項の聖道分は、同時に存在する。正語、正業、正命という三項の聖道分は戒学に属する。止禅と観禅を修行する前、あなたはまず先に戒を守らなければならない。すなわち、正語、正業と正命を具備しなければならない。このように、合計で、8 項の聖道分がある。しかしながら、世間道で言うならば、戒学の三項の聖道分は、その他の 5 項の聖道分または観智と同時に生起する事はない。その意味は、それらは同じ一つの心識刹那または一つの心路過程の中において、存在することはない、という事である。

観禅の修行が最後（＋の段階）まで来て、禅の修行者が涅槃を証悟する時、8 項の聖道分は、すべて彼の心中に存在するが、それは出世間の八聖道分である。

涅槃を知っているのは正見であり；

心を涅槃に投入する事は正思惟であり；

涅槃を知るために努力する事は、正精進である；

涅槃に対して明記して忘れない事は正念であり；

涅槃に専注するのは、正定である。

邪語、邪業及び邪命を為す可能性のある煩悩は、すべて道智によって破壊されたために、正語、正業及び正命もまた、道智と同時に存在する。このように、禅の修行者が涅槃を証悟する時、八項の聖道分は同時に具足するのである。

6　三摩地経

ここまでにおいて、四聖諦の意義と、その重要性を説明し終えた。どのような修行をすれば、四聖諦を了解する事ができるのだろうか？　《諦相応・三摩地経》（Sacca Saṁyutta、Samādhi　Sutta）の、以下の部分を（＋説明するので）、静かに聞いて頂きたい：

「比丘たちよ。定力を育成するべきである。定力のある比丘は、諸法を如実に知る事ができる。彼は何を、如実に知るのか？

彼は：『これは苦である』と如実に知る；

彼は：『これは苦の原因である』と如実に知る；

彼は：『これは苦の息滅である』と如実に知る；

彼は：『これは苦の滅に導き至る道である』と如実に知る。

比丘たちよ。定力を育成するべきである。定力のある比丘は、諸法を如実に知ることができる。ゆえに、比丘たちよ。

『これは苦である』と知るために、精進努力しなければならない；

『これは苦の原因である』と知るために、精進努力しなければならない；

『これは苦の息滅である』と知るために、精進努力しなければならない；

『これは苦の滅に導き至る道である』と知るために、精進努力しなければならない。」

このように、四聖諦を了解し悟るためには、まず先に、定力を育成しなければならない。定力を育成するための止禅の法門は、40 種類の多くに上り、あなたはそのどれか一つを選ぶことができる。ここでは、私は、まず安般念について説明し、その後に《大

念処経》の中に書かれている教えに従って、どのように四聖諦を理解し、悟るのかを解説する。

7　安般念の簡単な説明

　私はまず、《大念処経》（Mahāsatipaṭṭhāna　Sutta）に基づいて、安般念の修行方法を説明する。この経の中で、仏陀は、以下のように開示して言う：

「比丘たちよ。比丘はどのようにして観身為身（＝身体を身体として観察する事、以下同様）に安住するのか？　ここにおいて、比丘たちよ。比丘は森林、木の下、または静かな場所に行き、足を組んで座り、上半身はまっすぐに保ち、己の禅の修行の所縁（＝目標）に、正念をもって安立する。

彼は正念をもって、息を吸い、正念をもって息を吐く。

吸う息が長い時、彼は『私の吸う息は長い』と知る。

吐く息が長い時、彼は『私の吐く息は長い』と知る。

吸う息が短い時、彼は『私の吸う息は短い』と知る。

吐く息が短い時、彼は『私の吐く息は短い』と知る。

彼は以下のように訓練する：

『私は（息の）全身（＝全体）を覚知して、息を吸うべきである。』

彼は以下のように訓練する：

『私は（息の）全身（＝全体）を覚知して、息を吐くべきである。』

彼は以下のように訓練する：

『私は（息の）身の行（＝全体の過程）を静めて、息を吸うべきである。』

彼は以下のように訓練する：

『私は（息の）身の行（＝全体の過程）を静めて、息を吐くべきである。』

ちょうど巧みな車床師（＋意味不明。辞書では旋盤工とある）または彼の生徒が、しっかりしゃがむとき、彼は『しっかりとしゃがむ』と知り、彼が少ししゃがむ時、『少ししゃがむ』と知るのと同じように、比丘が吸う息が長いとき、彼は『私の吸う息は長い』と知り、吐く息が長いとき、彼は『私の吐く息は長い』と知り、吸う息が短いとき、彼は『私の吸う息は短い』と知り、吐く息が短いとき、彼は『私の吐く息は短い』と知る。

彼は以下のように訓練する：『私は（息の）全体を知って息を吸うべきである。』彼は以下のように訓練する：『私は（息の）全体を知って息を吐くべきである。』

彼は以下のように訓練する：

『私は（息の）身行（＝息の過程）を静めながら息を吸うべきである。』彼は以下のように訓練する：『私は（息の）身行（＝息の過程）を静めながら息を吐くべきである。』」

以上は、仏陀が安般念の修行方法について行った開示である。この部分の開示は、（＋仏陀が）ジャーナを証得する方法を教えたものである。経文の中で「ここにおいて」とあるのは、仏陀の教えの中において、という意味である。「ここにおいて」という（＋事を強調するその）意味あいは、仏教以外の宗教が含まれない事を強調するのである。というのも、その他の宗教では、このように安般念の修行方法を徹底的に指導しないからである。このような方法は、ただ、仏教の中にだけ見つけることができる。経文では、また「ここにおいて（真実の）沙門がいる；その他の教法の中には、沙門はいない。」と言っている。

7-1　適切な場所

仏陀は「比丘は森林、木の下または静かな場所に行き・・・」という経文の中で、禅の修行者が正念を育成するための、適切な場所について述べている。一般的に、いまだ修行を始める前、禅の修行者の心は、すでに非常に長い間、音や物質などを欲楽を目標とする生活に住していて、禅の修行の道に入るのを嫌う。というのも、彼の心は、欲楽のない環境の中で生活する習慣がないからであり、それはまるで、野生の子牛に車を引っ張らせるのと同じように、子牛が、すぐに道路の外に走り出てしまう（＋のと同じである）。修行を始める前、彼の心は、各種の欲楽を目標として、それに接触するか、またはそれを楽しんでいる・・・たとえば、面白い映画、耳に心地よい音楽、美味しい食べ物、または楽しい社会生活など。

しかし、（＋修行しようとする）今では、映画もなく、音楽もなく、彼の目も耳も、楽しむ対象がない。ゆえに、魚が誰かにつかまって、水中から取り出されて、乾燥した地面に放り出されたかのように、彼の心は、苦痛のために飛び跳ねて、水中に戻りたいと思う。呼吸というものは、欲楽を渇望する彼の心にとっては、乾燥した地面の如く、実際、退屈で味気のないものなのである。そして、坐禅の時には、彼は息に専注しないし、大部分の時間を、過去において享受していた欲楽について回顧するのに、用いるのである。しかしながら、そうなれば、それはただ時間を浪費しているだけであり、心の成長になんらの利益も齎さない。たとえ彼がこのようにして、一生修行したとしても、彼の禅の修行は、毛筋一本ほどの進歩もないのである。

このような悪い習慣を克服する為に、彼は散乱する心を不断に引き戻し、なるべく長く呼吸に専注するように努力して、呼吸に専注する新しい習慣を育成しなければならない。これはちょうど牛の放牧者が、野生の母牛の母乳を飲んで成長した野生の子牛を調教する時と同じ方法である。

彼は子牛を母牛から引き離し、深く穴に埋め込んだ一本の杭に結び付ける。子牛は飛んだり跳ねたりして、逃げ出そうとする。しかし、子牛は逃げ出す方はないと知った時、その杭に沿って、跪くか横になるかする。

同様に、禅の修行者は、長い時間、音や物質などの目標に沈潜してきた、調伏しがたい心を訓練する（＋のであるから）、彼は、心を音や物質などの目標から引き離し、森林に入り、木の下または静かな場所に行き、正念の縄でもって、心をして呼吸という念処の目標に縛り付けるのである。

彼の心は、飛んだり跳ねたりするが、それ（＝心）が、長い間習慣になっている目標を取ることができない時、かつ、正念の縄から逃れる事ができない事を発見した時、最終的には、それは、その目標に依って、近行定または安止定のうちに、座るようになるか、横たわるようになる。

古代の論師は言う：

野生の子牛を調伏したいと思う人は、子牛をば、深く埋め込んだ木の杭に結わえ付ける。

同様に、禅の修行者は、己の心を、しっかりと、その禅の修行の目標に、縛り付ける。

もし（＋修行者が）、村落から遠く離れることがなければ、安般念の法門を成就する事は、非常に難しい。というのも、禅定（＝サマーディ）から言えば、音とは、鋭い棘のようなものであるから。反対に、村落以外の場所でならば、禅の修行者は、非常に容易に禅の修行の法門を掌握できる。

そのため、世尊は、禅の修行に適切な場所を指摘して、以下のように言った：「森林、木の下または静かな場所に、行きなさい。」一人の、建物を建てる敷地を選ぶことに優れている建築家は、町を建設するのに適切な場所を見つけたならば、色々な方面から、詳細に考慮して、彼は言う：「ここに町を造ろう。」

町が完成した後、彼は高貴な立場の人々から、称賛される。同様に、仏陀は、禅の修行者に適合する場所を、色々な方面から、詳細に考慮して、彼は言う：「ここで、この業処の修行をしよう。」

禅の修行者が、段階を追って（＋修行して）、阿羅漢果を証悟した後、彼は以下のような言葉をもって仏陀に感謝し、讃嘆する：「世尊は確実に、無上の正覚者である。」

このように、世尊は高度の尊敬を受ける。比丘は、一頭の豹のようである；豹のように、比丘は一人で森林に住み、貪愛などの障礙を克服し、目標を達成する。まさに、一頭の豹の王が、森林、叢、灌木の林または山林の中にいて、水牛、じゃこう鹿、イノシシやその他の野獣を捉えるように、比丘は禅の修行に精進し、一歩一歩進んで、四道と四果を証悟する。

故に、古代の論師は言う：

まさに豹が山林に隠れ伏して、野獣を捉えるように、正覚者の子もまた、洞察が鋭敏で、山林に分け入り、修行に精進し、そこにおいて聖果を証悟するが、（＋それゆえに）殊勝で至上（＋な存在）である。

現在、みなさんが住んでいる所は森林ではないし、木の下でもなく、また多くの、禅の修行者と一緒にいるけれども、しかし、あなたが他人の存在を気にせず、万縁のすべてを放下して、ただ己の禅の修行の目標をのみ覚知するならば、ここはあなたにとって静かな場所となる。その上、大勢の修行者が共に修行する事は、精進心を刺激しあうことでもあり、そのゆえに（＋この場での修行は）、更に早く進むことができるであろう。

7-2　適切な姿勢

「上半身をまっすぐに」とは、背中の一節毎の脊椎を端正にし、節と節は水平に正しく接し、体がまっすぐで、腰が正しい（＋位置にある）事を言う。仏陀は上記のような座った時の姿勢を推奨しているが、その理由は、この姿勢が最も安定していて、リラックスできるからであり、そのゆえに、心をして平静を保つのに適していて、目覚めた心のレベルを高める事ができるからである。

7-3　己の禅修行の所縁において、正念を安立する

「己の禅修行の所縁において正念を安立する」とは何か？　それは：「心をば、禅の修行において、専注しなければならない目標に導くこと、そして、心をそこに固定させること」である。たとえば、もし、あなたが安般念を修行しているのであれば、あなたの正念は、呼吸に安住しなければならない。もし、あなたが四界分別観を修行している

のであれば、あなたの正念は、四界（四大）の特徴に安住しなければならず、家族に関心を向けるなどという事はないようにする。

7-4　彼は正念をもって息を吸い、正念をもって息を吐く

「彼は正念をもって息を吸い、正念をもって息を吐く」とは、彼が呼吸する時、正念を捨てない事を言う。正念は非常に重要である。正念の意味は、（＋所縁を）はっきりと覚えていて、忘れない事、である。もし、あなたが、鼻孔の下端または人中を通過する呼吸をはっきりと覚えていて、持続的に忘れる事がないならば、正念はますます強くなる。正念が強い時、定力は高まる。定力が相当のレベルまで高まった時、あなたは禅相を見ることができる。もし、あなたが禅相を安定的に見る事について、それを持続する事が出来るならば、あなたは初禅から第四禅までを、証悟することができる。

7-5　長いと短い

「正念をもって息を吸い、正念をもって息を吐く」とはどういう事か？仏教は経文の中で、教えて曰く：「吸う息が長いとき、彼は『私の吸う息は長い』と知る。吐く息が長い時、彼は『私の吐く息は長い』と知る。」

注釈では以下のように説明する：

「吸う息が長い」などと言及するのは、正念の修行をしている者にとっての、各種の方式を表している。というのも、《無礙解道》では、「彼は正念をもって息を吸い、彼は正念をもって息を吐く」という事柄について、（＋以下のように）言うからである：

7-5-1　第一グループの四つの段階

彼は、32 の方式によって正念の修行者となる：

１、彼は、吸う息が長いことを知ることを通して心が専一で、散乱していないことを知り；彼のすでに打ち立てられた正念において；当該の念と智を縁として；彼は正念の修行者である；

２、彼は、吐く息が長いことを知ることを通して心が専一で、散乱していないことを知り；彼のすでに打ち立てられた正念において；当該の念と智を縁として；彼は正念の修行者である；同様の方式によって、以下の方式を理解するべきである；

３、彼は、吸う息が短いことを・・・

４、彼は、吐く息が短いことを・・・

５、彼は、（息の）全身（＝全体）を覚知しながら、息を吸う・・・

６、彼は、（息の）全身（＝全体）を覚知しながら、息を吐く・・・

７、彼は、（息の）身行（＝全体の過程）を平静にすることを通して、息を吸う・・・

８、彼は、（息の）身行（＝全体の過程）を平静にすることを通して、息を吐く・・・

7-5-2　第二グループの四つの段階

9、彼は、喜を覚知しながら、息を吸い・・・

10、彼は、喜を覚知しながら、息を吐き・・・

11、彼は、楽を覚知しながら、息を吸い・・・

12、彼は、楽を覚知しながら、息を吐き・・・

13、彼は、心行を覚知しながら、息を吸い・・・

14、彼は、心行を覚知しながら、息を吐き・・・

15、彼は、心行を静めながら、息を吸い・・・

16、彼は、心行を静めながら、息を吐き・・・

7-5-3　第三グループの四つの段階

17、彼は、心を覚知しながら、息を吸い・・・

18、彼は、心を覚知しながら、息を吐き・・・

19、彼は、心を喜悦させることを通して、息を吸い・・・

20、彼は、心を喜悦させることを通して、息を吐き・・・

21、彼は、心を専注させることを通して、息を吸い・・・

22、彼は、心を専注させることを通して、息を吐き・・・

23、彼は、心を解脱させることを通して、息を吸い・・・

24、彼は、心を解脱させることを通して、息を吐き・・・

7-5-4　第四グループの四つの段階

25、彼は、無常の観察を通して、息を吸い・・・

26、彼は、無常の観察を通して、息を吐き・・・

27、彼は、離貪の観察を通して、息を吸い・・・

28、彼は、離貪の観察を通して、息を吐き・・・

29、彼は、滅の観察を通して、息を吸い・・・

30、彼は、滅の観察を通して、息を吐き・・・

31、彼は、捨の観察を通して、息を吸い・・・

32、彼は、捨の観察を通して、息を吐き、

心が専一であることを知り、かつ散乱しない。ここにおいて、かれは　正念を確立し；その念と智の縁でもって、彼は正念の修行者となる。もし、禅の修行者が、上記の　32 種類の方式で呼吸するならば、彼は正念をもって息を吸い、正念をもって息を吐くのだと言える。

7-5-5　九種類の長い

「程度」（addhāna）とは何かと言うと、それについては、息の長さに関する理解が必要である。息が（＋鼻先を）出入りする時に一定の長い距離を有する時、それは時間的にも長いのだ、という風に理解する必要がある；息が（＋鼻先を）出入りする時に一定の短い距離を有する時、それは時間的にも短いのだ、という風に理解する必要がある。

九種類の方式において、吸う息と吐く息が長いとき、比丘は以下のように知る：「私の吸う息は長い。私の吐く息は長い。」

身念処に属する念処を育成する時、このように理解する者は、一つの方面において円満（＋なる成果）を獲得しているのだという風に理解するべきである。故に《無礙解道》の中では、以下のように説かれる：吸う息が長いとき、彼は如何にして「私は吸う息が長い」と知り、吐く息が長いとき、彼は如何にして「私は吐く息が長い」と知るのか？

（一）彼は、一定程度の長い時間によって、長い息を吸う。

（二）彼は、一定程度の長い時間によって、長い息を吐く。

（三）彼は、一定程度の長い時間によって、長い息を吸い、また吐く。

彼の吸う息においても、吐く息においても、一定程度の長さの時間を経る時、彼の心の中に強烈な念願（chanda 欲）が生じる。

（四）念願を通して、彼は、以前よりなお微細になった息を吸う。

（五）念願を通して、彼は、以前よりなお微細になった息を吐く。

（六）念願を通して、彼は、以前よりなお微細になった息を吸い、また、息を吐く。

彼が念願を通じて、一定程度の長い時間、以前よりなお微細になった息を吸い、また息を吐くとき、彼の心中には喜悦（pīti）が生じる。

（七）喜悦を通して、彼は、一定程度の長い時間、以前よりなお微細になった息を吸う。

（八）喜悦を通して、彼は、一定程度の長い時間、以前よりなお微細になった息を吐く。

（九）喜悦を通して、彼は、一定程度の長い時間、以前よりなお微細になった息を吸い、また息を吐く。

彼が一定程度の長い時間、以前よりなお微細になった息を吸い、また息を吐く時、彼の心は、入る息と出る息から移動し離れ、中捨を打ち立てる（訳者注）。

（訳者注）訳者の理解では、心が息から離れるのは、安止定の確立を意味する。安止定＝中捨かどうか不明であるが、ここでは直訳した。

この九種類の方式による長い入息と長い出息の意味する所とは、まさに「身」（kāya）である。（処を）打ち立てる事は念である。観は智である。身は（処の）成立であるが、しかし、念ではない。念は（処の）成立と念の両方である。当該の念と智を通して、修行者は当該の身を観ずる。これが「身を身として観ずる随観の念処を育成する」と言われる所以である。短い息に関する解釈も同様である。

ゆえに、以下のように理解するべきである。比丘がこの九種類の方式によって、入る息と出る息を「長時間である」または「短時間である」と知るとき、彼は、「吸う息の長いとき、彼は『私の吸う息は長い』と知り、吐く息が長いとき、彼は『私の吐く息は長い』と知る。吸う息が短い時、彼は『私の吸う息は短い』と知り、吐く息が短いとき、彼は『私の吐く息は見短い』と知る」のである。

7-5-5-1　注釈の解説

上述の解釈に基づけば、もし、修行者の呼吸がゆっくりであるとき、我々は、彼の息は長いと言い、もし、呼吸が早い時、我々は、彼の呼吸は短いと言う。もし、彼が長い息、短い息について、非常によく専注することができるならば、彼の定力は徐々に上昇し、彼の心の中に、願望が生じる。願望（欲）の生起：この、特別に強い願望は、禅の修行にとって、利益がありかつ重要である。その特徴は、安般念のために行動し、安般念を修行しようとすることである。それの生起する原因は、禅の修行の進歩によって生じた満足感による。以前よりさらに微細である：息が、願望が生起する前より更に微細になる；息が更に微細に変化するのは、禅による修行の力によって、身体による苛立ちと落ち着きのなさが静まったからである。

喜悦の生起：清らかな愉悦または喜（pĪti）が生起する。喜の強さによって、それは「小さい喜、刹那の喜、継続的生起の喜、勇躍の喜、遍満の喜」と分類される。当該の喜は、禅の修行に関連する心を専注することに伴って生起する喜悦であり、その原因は、その目標（すなわち、長いとか、短いとかの息の事）の静寂であり、それは、息が更に微細に変化することによって、更に強化されるが、それはまた、禅の修行がこの軌道上おいて継続されるが故に強化されるからである。

禅の修行について、定力の育成から言えば、喜悦が生起することは非常に重要である。もし、喜悦がないのであれば、あなたの定力は、持続的に進歩することは、難しい。

喜悦はどのような時に生起するのか？　もし、掉挙（＝浮つき）と散乱を取り除き、絶え間なく持続的に、長いかまたは短い、微細な息に専注することができたならば、定力は上昇することができ、喜悦もまた自然に、あなたの心中に生起するのである。心が移り離れる：禅の修行のある段階に到達すると、息が、定力の上昇が原因で、非常に微細な状態に変化する。この段階において、禅の修行者は、息をはっきりと知覚することが困難になる。その結果、彼は強固な正念を接触点（にある息）において堅持しようとし、その後しばらくして、彼は、はっきりとした息を知覚することができるようになり、かつ、禅相も出現する。禅相が出現すると、心は自動的に息から移り離れ、（＋その後は）禅相が（＋瞑想の）目標になるのである。

中捨の成立（tatramajjhattupekkhā）：

近行定、また安止定として分類出来る定力が、似相を原因として生起する。この時、これ以上、ジャーナを証悟しようという強固な、また意識的な気持ちの傾向を必要としなくなるため、傍観的な、静かな捨の心が生起しするが、これを中捨の態度、と言う。

この九種類の方式：先ほど述べた、九種類の方式によって生起する。長い入息と長い出息とはまさに「身」である：入息と出息は、一塊の微小な粒子である。それらには長さがあるとはいえ、それらは、ひとまとまりの形式をもって、「身」を形成する。ここにおいて、元の息に依存して生起した禅相もまた（比喩的に）入息・出息と呼ぶ。

（処の）成立は念（sati）：念は、（処の）成立（upaṭṭhāna）ともいえる。というのも、それは（禅の修行の）目標、たとえば息または禅相に注意、注目するのであり、かつ、そこに安住するのであるから。ここにおいて、いわゆる処（upaṭṭhāna）とは、念の作意を意味する。念は、安定的な方向へ変化し、決定的に成立し、打ち建てられる。

観は智（ñāṇa）：静かな態度で以て、禅相を観ずるのは、智である。智でもって究極名色法を観ずるのも智である。

ここにおいて、究極名色法は以下のように分類される：

１、入息と出息の身（＝全体）

２、色身

３、名身

入息と出息の身（＝全体）及び色身は色法である。心と心に相応する心所は名法である。智でもって逐一、名色法を名色法として観照するのは、智である。身は（処の）成立：ここにおいて、いわゆる処（upaṭṭhāna）とは、念を造作させるところの目標を指す。身とは、念に運用させるところの処所（＝場所）である。この種の身（三種類の身）があり、それに近づき、それを目標として、それに安住するする念があるが故に、それをば「成立（＝打ち建てる事」（upaṭṭhāna）という。

「身は成立」という、このいくつかの文字は、入息と出息の身（＝全体）を含むだけでなく、色身と名身をも含んでいる。というのも、すべての、この三種類の方面において、上述の「智でもって観照する」ことが必要とされているからである。しかし、それ（身）は念ではない：身（＝息全体）は、「打ち建てられる」とは言われるが、しかし、それを「念」とは呼ばない。身は念の目標であるが、しかし、それは正念を保持するための作為ではない。念は打ち建てられる（処）であり、同時に念の両者である；念がこの二者であるということは、憶念（sarana）と打ち建てられる（upaṭṭhāna）であるが故に。名身の中の念は、智の目標であると同時に、智と相応する念は、すなわち、それ（上述の念）に近づいて、それを目標として、それに安住するからである。こうしたことから、それは打ち建てられると念の両者である、と言われる。念は、目標に投入することと、目標を持続的に憶念すること（念の両義的含意）なのである。当該の念を通して；上述した念を通して（＋という意味である）。当該の智を通して；上述した智を通して。当該の身；入息と出息の全体。その支えとなる色身、名身。

彼は随観（anupassati）・・・：彼は禅智によって、作意を保持し、入息と出息の身（＝全体）または禅相について、それを見ることを安定的に持続させ、かつ、観智でもって（作意を保持し、安定的かつ持続的に）色身と名身を見ること。これが、なぜ「身を身として観ずる随観の育成の念処」と言われるか；その含意は、以下の通りである：三種類の身（＝息）を観ずるのは、本性が無常である身を常として観ずるわけではない——水の無い所の蜃気楼を見る様に——ではなく、その本性を無常・苦・無我、不浄として観るか、またはそれをただ身（＝息）であると見做し、それを「我」とか「私の」とか、または「女性」または「男性」などの、なにかの存在であると観ずるのではない。

当該の身髄観に相応する念は「建立（＝打ち建てられた）」で、当該の念の育成と成長は、身髄観に属する念処の育成に属するものである。

7-6　息の全体

次に続く経文は以下の通り：

「彼は次のように訓練する：『私は（息の）全身（＝全体）を覚知して息を吸う。』彼は次のように訓練する：『私は（息の）全身（＝全体）を覚知して息を吐く。』」

その意味は、彼は以下の様な考え方でもって、己自身を訓練することである：

「息を吸う時、私は、息全体の過程の始まり、途中、最後までを、明確に知るべきである。息を吐くとき、私は、息全体の過程の始まり、途中、最後までを、明確に知るべきである。」

このように、彼は明晰な心をもってして、息の全体を明確にしるべきである。ここにおいて、誤解して欲しくないのは、息の全体を知ろうとして、「始まり、途中、終わり」と黙然しなければならないと思う事である。実際は、同じ場所を通過する呼吸の、その最初から最後までを知っていれば、それで十分である。

ある種の比丘の、入息または出息は、始まりの段階では非常に明確だが、途中と最後が不明確で、彼はただ、最初の始まりの息だけを、はっきりと覚知し、専注することができ、途中と最後の息を覚知したり、専注したりすることができない。

また別の比丘（二番目）は、途中の息は明確であるが、始まりと終わりの息は、明確でない。

また別の比丘（三番目）は、最後の息は明確だが、始まりと途中の息が明確でなく、故に、彼は最後の息にしか、専注することができない。

また別の比丘（四番目）は、始まりの息も、途中の息も、最後の息も、三段階の息ともに、みな明確で、何等の問題もない。

この法門を修行する場合、四番目の比丘のようであるべきであるため、仏陀は以下のように言う：

「彼は以下のように訓練する。すなわち、『私は（息の）全身（＝全体）を覚知しながら息を吸う。』

彼は以下のように訓練する。すなわち、『私は（息の）全身（＝全体）を覚知しながら息を吐く。』」と。

この法門を修行する時の最初の方法は、吸う息、吐く息（＋を覚知する）以外、その他の何らかの仕事をする必要性がない。

ゆえに言う：

「吸う息が長いとき、彼は知る：『私の吸う息は長い。』

吐く息が長いとき、彼は知る：『私の吐く息は長い』。

吸う息が短いとき、彼は知る：『私の吸う息は短い』。

吐き息が短いとき、彼は知る：『私の吐く息は短い』。」

そして、彼は、更にはっきりとした、明晰な覚知を高めるよう、尽力しなければならず、故に：「私は（息の）全身（＝全体）を覚知しながら息を吸う。私は（息の）全身（＝全体）を覚知しながら息を吐く。」と（＋仏陀は）いうのである。

呼吸をはっきりと知ることは慧学であり；呼吸に専注するのは定学であり；己自身の心を束縛して、煩悩を生じせしめないようにするのは、戒学である。呼吸の（＋覚知の修行の）内に、この三学を実践するよう、尽力・努力するべきである。

7-6-1　始まり、中間と最後

へそは、外に向かって流れる気の始まりであり、心はその中間で、鼻先は、最後に当たる。鼻先は、内に向かって流れる気の始まりであり、心はその中間で、へそは最後に当たる。もし、彼がこのように（＋息に）付き従うならば、彼の心は平静でなくなり、また干渉による混乱が起きる。故に、下記のように言うのである：

「彼の正念が、入息の始まり、中間と最後に付き従って（＋身体に）進入する時、彼の心は干渉を受けて、その身体と心の両者とも、静かではなくなり、不安により、動揺する。彼の正念が、出息の始まり、中間と最後に付き従って、（＋身体の外に）出ていく時、彼の心は、外部において干渉を受け、その身体と心の両者とも、静かでなくなり、不安で、かつ動揺する。」

付き従う事（anugamana）とは、正念が、まさに今、発生している息を目標とすることを通して、息に密着して生じする。故に以下のように言う：

「それは、（＋息の）初め、中間、最後への付き従いを通して（＋体験）するのでは、ない。」

へそをもって、始まりであると言うのは、その起点を言うのであって、それの始まる、時間を言うのではない。というのも、実際、息を構成する微小粒子の生起は、へそから、鼻の先端までの息全体において、生じているからである；それらがどこで生起しようとも、それらは、当該の場所で壊滅する。というのも、諸法（究極法）において、転移または移動できるものは、ないからである。息は、一組の微小な粒子に過ぎない。微小な粒子の一粒ごとに、9 種類の色法がある：地界、水界、火界、風界、色彩、香、味、食素（栄養素）と呼吸音である。

これらは究極法（paramattha　dhamma）である。それらは、一か所から、もう一つの、別の一か所へと移転することはできない。どこで生じても、それらは同一の場所において、壊滅する。「移動」という、この一般名的な単語は、因と縁に基づいて、相続する場所に置いて、連続的に生起している、という意味である。

心は途中、真ん中：（＋心は）心臓の近く、その上にあるので、＜途中＞＜真ん中＞（＋と言う）。鼻の先端は最後：鼻孔の場所は最後：これは「入息と出息」という、この一般的な語彙の運用に限界がある（＋ので、こう表現するよりほかない）。というのも、それらは、正確には「心生色」と呼ばれるもので、心生色は、（身体の）外側で発生することは不可能であるから。

入息と出息の始まり、途中と最後は、＜息の全体＞と呼ばれる。その意味は、禅の修行者は、それらが何であるかを知らなければならないし、それらを覚知しなければならないし、また、正念を鼻先から離して、息に付いていって、身体の内部に入ったり、身体の外部に出ていっては、ならないし、それらがどのような変化をするかを予測してもならないのである。

上に述べたものは、自然な呼吸法である：へそから始まる呼吸である、など等は。

しかしながら、禅の修行の目的から言えば、専注力は接触点の上にしっかりと固定しておくべきであり、それはすなわち、人中または鼻孔の上に（ある息に）相当するのである。

7-6-2　現在形と未来形

ある段階において、彼は、長い息と短い息を覚知しなければならない。その時、完璧に、他の事柄に気をとられてはならない。ただひたすら、このように実践した後にはじめて、彼は、智、定と戒を惹起するよう、努力しなければならない。

故に、「彼は『私は息を吸う・・・』を知る。彼は『私は息を吐く』と知る」というこの部分の経文が採用している（＋語法）は、現在形である。当然のことながら、知っておかねばならないのは、智の惹起もこの時に発生する。というのも、息の長短を如実に

知ることは、それほど難しくないからである。その理由とは、それらが発生するのにまかせて、知ればよいだけであるから。これが、この部分において、なぜ（言語が）現在形を採用されているのか、という理由である。

しかしながら、「私は（息の）全身（＝全体）を覚知しながら息を吸う」から始まる経文では、それが採用しているのは未来形であり、それは、これより先は、智、定と戒を惹起させなければならない、という事を表しているのである。その後の（＋修行の）難しさは、鋭利な刃物のエッジの上を歩いているようなものである：これが、後期の段階において、なぜ未来形で表記しなければならないのかという、説明であり、それは、この種の修行には、超人的な精進力が必要になる、ということを表しているのである。

7-7　身の行を静める

次は、安般念の第四の段階の説明である。仏陀は開示して言う：

「彼は以下のように訓練する：『私は（息の）身の行を静めながら、息を吸う。』

彼は以下のように訓練する：『私は（息の）身の行を静めながら、息を吐く』。」

その意味は、彼は心の中で以下のように思う、という事である：

「私は、呼吸する時、息を静めること、息を穏やかにすること、息を安寧にすること、息を祥やかにする動機を、持つこと。」彼は、このように訓練する。

ここにおいて、我々は、（＋息が）粗くてはっきりしているか、微細か、静かであるか、という三種類の状況を理解しなければならない：いまだ禅の修行をする前、比丘の心・身は、混乱しており、（＋心・身が）粗いがために、呼吸もまた粗くて、はっきりしており、静かでなく、鼻で息をするだけでは足りず、口まで使う事が有る。しかし、彼が己自身の心・身を調御（＝調伏と制御）した後では、心・身は静かで、安定していているものに変り、呼吸もまた微細になる。この時、彼は、自分が呼吸をしているかどうかさえも、わからなくなる時が、あるくらいである。

これはちょうど、一人の人間が、山の上から駆け下りてきて、頭に乗せてあった重い荷物を降ろした後、背筋を伸ばして立っている時の様に、彼の呼吸は粗くてはっきりしていて、鼻から呼吸するだけでは足りず、口でも呼吸するのに、似ている。しかし、彼が疲れを取り除き、沐浴し、水を飲み、ぬれたタオルで胸を冷やし、木陰に座って休むとき、彼の呼吸は微細になり、ある時には、自分が呼吸しているのも分からない場合さえある。この人間とは、禅の修行をした後の、呼吸が非常に微細になった比丘を譬えた

もので、その意味は、彼は、自分が呼吸をしているかどうか、判断がつかなくなる、という事である。

それはなぜか？　いまだ禅の修行を始める前、（＋彼は）粗くてはっきりした息を、いかに静かにするかという問題について、覚知し、専注し、反省し、または思惟したことがないから、である：一たび、禅の修行を始めた後であれば、彼はこの問題に気が付き、注意をするようになる。禅の修行をする時の息は、禅の修行をしていない時よりも更に微細である。故に、古代の論師は：

「揺れ動く心・身においては、息は粗くてはっきりしており：静かな心・身においては、息は微細になる。」と言ったのである。

彼はどのようにして、「私は、（息の）身行を静めて息を吸う；私は、（息の）身行を静めて息を吐く。」というこの種の考え方でもって、己自身を訓練するのか？

息の身行（kāyasaṅkhāa）とは何か？　呼吸自身と関係するか、または、緊密に呼吸に属する事柄を、息の身行と言う。彼は息の身行が静まるように、平穏になるように、安寧になるように、己を訓練する時、以下のような思惟をもって自分自身を訓練する：

「身体が前にかがむとき、横に反るとき、各方面に反るとき、及び後ろ側に反るとき、息の身行を静める。また、身体が移動する時、震える時、震動する時、揺らぐ時を利用して、息の身行を静めるのである。私はこのようにして、息の身行を静めて呼吸する。

身体が前にかがまない時、横に反らないとき、各方面に反らない時、移動しない時、震えない時、震動しない時、揺らがない時、私は、これらの安寧、微細な身体活動を利用して、息の身行を静めて呼吸する。」

ここにおいて、私はすでに、安般念によって定力を育成する四つの段階について解説を行った。すなわち、以下のものに専注する事：

1. 長い息；
2. 短い息；
3. 全息（＝息全体）；
4. 微細な息。

8　安般念の修習方法

8-1　数息

（略）

8-1-1　穀物を数えるように息を数える

（略）

8-1-2　放牧者のように息を数える

（略）

8-1-3　注意点

上に言うように、かくの如く快速に息を数える時、禅修行の業処は、一つのはっきりとした、絶え間ない過程であることを知ることができる。この時、当該の過程が、絶え間なく進行しているのを知るならば、あなた、上述の通りに、速くに息を数えることができる。（＋その時）息が接触点（人中または鼻孔）の内側になるのか、外側にあるのかを気にしてはいけない。もし、心をして、入息と共に体内に入らせるならば、それ（身体）が、内在する気によって衝撃を受けているか、または脂肪で充満しているかのような（感じがするようになる）。もし、あなたが、身体内部に入った気に専注するならば、当該の場所（特に腹部）は、気によって衝撃を受け、気球のように膨れ、または脂肪が充満しているように感じてしまう。もし、心をして、出息と共に体外にでるようなことがあれば、心は、外部の多種多様な対象の干渉を受けることになる。

Phuṭṭhaphuṭṭhokāso pana satim ṭhapetvā bhāventasseva bhāvanā sampajjati. ―― しかし、もし、禅の修行者が、念を息の接触点（すなわち、人中または鼻孔の周囲）に固定するならば、その禅の修行は成就する。（《清浄道論》）

これは、あなたが前述した通りに快速に息を数えてもよいが、内部または外部の息に注意を払ってはならない」ということの説明である。この事は、注釈で述べた「歩けない男」と「守衛」の譬え、及び《無礙解道》の中で述べられている「のこぎり」の譬えから、理解して頂きたい。

歩けない男の比喩（略）。

守衛の比喩（略）。

のこぎりの比喩（略）。

8-1-4　精進、任務と成果

精進：精進（padhāna）とは何か？

精進とは、ある種の心の素質を生じせしめること――いかなる任務でも、軽々と執行できる素質――を言う。この精進は、禅の修行の目標に関して、心身において、一縷の懈怠もすることなく、勤め励む人の上に現れる。

これは、適業性（作業に適合する素質）を生じせしめる。故に、心身を運用することに努める人には、正しい精進が現れる。

任務（payoga）とは何か？

この任務は、欠陥、諸々の蓋と、尋を取り除く。初禅を証悟する時、すでに諸々の蓋は取り除かれており、第二禅では、尋が取り除かれている。精進によって、心身を運用して、正精進が顕現した人は、欠陥、諸々の蓋、尋を取り除くことができる。簡単に言えば、この任務とは、初禅の証悟など等である。

成果（visesa）とは何か？

禅の修行に精進する人は、すでに諸々の結は取り除かれており、その潜在的傾向も断たれている。これが成果である。このようなことから、もし、あなたが前述したように、人中または鼻孔の周囲の入息と出息に、徹底的に専注することができ、かつ、それら（＝息）に付いて体内に入って行ったり、出て行ったりしないならば、定力が十分に強くなった時、あなたはジャーナを証悟することができる。

8-1-5　息を数える時間はどれくらいか？

　では、息は、どれくらいの時間、数える必要があるのか？

心が、コントロールされなくとも、禅の修行の目標から離れないで、かつ、自然に、まったくの努力なしに、息に専注できる時に、数を数えるのをやめることができる。知っておかねばならないのは、この段階では、息を数えなくても、正念は、己の入息、出息という目標に安住している、ということである。というのも、息を数えるのは、正念を安定させ、出入息という目標に安住させるための、外に向かって四散する尋を断つ道具である、という事である。

8-2　長いと短い

　上述のように息を数える時、あなたは、息に対して、心をして専注させることができ、静かに単純に息を覚知することができる。もし、このようにして、少なくとも半時間専注することができたならば、あなたは、次の段階に進まなければならない。

1. 吸う息が長い時、彼は『私の吸う息は長い』と知る。　　吐く息が長い時、彼は『私の吐く息は長い』と知る。

2. 吸う息が短い時、彼は『私の吸う息は短い』と知る。吐く息が短い時、彼は『私の吐く息は短い』と知る。

この段階において、あなたは入出息の長短について、その覚知を育成しなければならない。ここでいう長短は、センチなどの長短を言うのではなくて、時間の長短を言うのである。一回ごとの、入出息の時間の長短を覚知すると、あなたは、ある時は、入出息の時間が長く、ある時は、入出息の時間が、短いことが分かる。この段階においては、あなたはただ単純に、あるがままに息を知っていればよい。もし、黙念したいのであれば、「入る、出る、長い；入る、出る、短い」と黙念してはならず、ただ「入る、出る」と黙然し、同時に息の長いか短いかを、覚知するようにする。

あなたは息に専注するべきで、付帯的に、息が人中または鼻孔の接触点を通過する時の、時間の長短を覚知するようにする。一回の座禅・瞑想において、息は、最初から最後まで長いときがあり、また、最初から最後まで短いときもあるが、しかし、あなたは、故意に息を長く変化させたり、短く変化させたりしてはならない。長いかまたは短い息に専注する時、あなたは、長いかまたは短い息のバランスをとるように試してみるべきである。もし、入る息が長く、出る息が短いという状況が、ある一定程度の時間続くと、あなたの身体は徐々に後ろに倒れて行く。また、もし、出る息が長く、入り息が短い状況が、ある一定程度の時間続くと、あなたの身体は徐々に前に向かって傾斜する。

もし、このようであれば、息はまっすぐにはならず、あなた自身も呼吸が苦しくなってくるため、あなたは円満に定力を保持できなくなる。

故に、息のバランスが悪いとき、短い息が長くなるように、長い息が短くなるように、それらが同じ長さになるまで、調整にチャレンジしてみる必要がある。一たびそれらがバランスしたならば、あなたは自然な呼吸に戻ってよく、それらを、それ以上コントロールする必要はない。

8-3　息の全身（＝全体）

ある種の禅修行者にとって、禅相は、この段階で出現する可能性がある・・・もし、あなたが毎回の坐禅において、長時間、定力を保持できるならば。しかし、もし、毎回の座禅の時に、長い、また短い息を、静かに、一時間ほど、専注することができ、かつそれを何日も続ける事ができるのに、それでも禅相が出現しないのであれば、あなたは、次の段階に進むべきである。

彼はかくの如く訓練する：『私は（息の）全身（＝全体）を知覚しながら、息を吸う。』

彼はかくの如く訓練する：『私は（息の）全身（＝全体）を覚知しながら、息を吐く。』

　ここで、仏陀は、あなたに同一地点の上を経過する、息の始まりから終わりまでを、持続的に知覚するように教えている（全息；息の全身、全体；息の始め、途中、最後）。

あなたが、このように修行する時、禅相が出現する可能性がある。もしそのようであれば、あなたは注意力を、急いで禅相に移してはならず、引き続き息を覚知し続ける事。

もし、同一地点において、毎回の呼吸毎の、最初から最後までの息を、静かに、約一時間ほど、知覚することができても、なお、禅相が出現しないならば、あなたは、次の段階に進むべきである。

8-4　微息

彼は以下のように訓練する：『私は（息の）身行を静めて息を吸う。』

彼は以下のように訓練する：『私は（息の）身行を静めて息を吐く。』

上記の事を実践する為には、あなたは息を静めようと、決意しなければならない。

そして、その後に、同一地点において、毎回の呼吸の、最初から最後までの息に、専注するのである。あなたは、わざわざその他の、何らかの方法を使って、息を静めるようなことをしてはならない。というのも、そういう風にすると、定力が減退するからである。《清浄道論》には、四種類の、息を静める要素が書かれているが、それはすなわち：

思惟（ābhoga）、専念（samannāhāra）、作意（manasikāra）と観察（vimaṁsā）である。では、以下に述べる《清浄道論》の解説に、耳を傾けて頂きたい。

それは何か？　修行者が、いまだ出入息を知覚する前、彼の中において、「私は一回ごとの、比較的粗い身行、すなわち出入息を、徐々に静めよう」と思惟したり、専念したり、作意したり、観察したりすることはない。しかしながら、彼がすでに出入息を覚知できるようになった場合には、そのようなことができる。故に、彼がすでに（＋出入息を）覚知するようになったならば、その出入息の身行は、彼が覚知する前より、更に微細になっている、のである。

「思惟」（ābhoga）とは、（+心が）注意しはじめる、または分かる、または、心が息を静めようと、（＋意識を）転換することを言う。このように（＋心が）不断に意を注ぐことを「専念」（samanāhāra）と言う。

「作為」（manasikāra）の直訳は、「意の造作」で、ここでは、（＋心を）造作して、息を静めることを言う。作意という心所は、心を目標に向かわせる責を持っており、それを通して、目標が心に顕現するのである。

「省察」（paccavekkhaṇā）は、息を静めるために「観察」（vimaṁsā）することを言う。故に、この段階では、あなたがしなければならない事は、ただ、息が静まるようにと決意し、その後に、継続して不断に、息に専注することである。この方法で修行するならば、定力が上昇した時、あなたは息がますます静かになっていることを、発見するであろう。息が非常に静かになった時、それは非常に軽くて柔軟になるので、非常に観察しにくくなる。これを微息と言う。

8-4-1　相続（anubandhanā）

相続とは、息を数える数息をやめた後、正念を不断に持続して、入息と出息に付いていくことをいう。今一度、安般念でもって、定力を育成する四つの段階について、注意を払ってもらいたい。

1. 長い息。
2. 短い息。
3. 全息。
4. 微息（＝微細な息）。

みなさんは、三つの段階は、一つに纏まることを、理解する必要がある、たとえば、長い息、全息、微細な息を同時に専注する時など、である。これは、あなたの呼吸の時間が長い時、また息が微細な時、あなたは、同一地点において、そこを通る息の始まりから終わりまでの、微細な長い息（すなわち、微細であり、長い息であり、かつ全息であるもの）を覚知する、という事を意味している。もし、呼吸がいまだ微細になっていないならば、あなたは「呼吸が微細になるように」という願いをもって、（＋安般念を）実践するのがよい。このような実践を通して、あなたの定力が向上する時、呼吸は微細なものへと変化する。この時、あなたは、長い息、全息と微細な息を知りたいという、強烈な願いを持って、同一地点を通過する息の最初から最後までを、専注しなければならない。もし、このように修行を実践することができるながら、あなたはジャーナの証悟に成功することができる。

ある時は、短い息、全息と微細な息という、この三段階の合一になることも可能である。その時、あなたは、同一地点を通る微細で、短い全息に専注しなければならない。

故に呼吸が長くて微細な時、あなたは、長い息、全息と微細な息を、同時に専注しなければならない。呼吸が短い時、あなたは、短い息、全息と微細な息を同時に専注しなければならない。もし、十分に足りる、強力な願望と喜びでもって、このように修行するならば、あなたの定力は向上する。《清浄道論》は、この種の組み合わせを「相続」と呼んでいる。定力が向上する時、呼吸もまた益々微細になる。その時、呼吸がはっきりしなくなったということについて、失望したり、憂慮したり、不安になったりする必要はない。そのようにすると、あなたの定力は減退する。実際、呼吸がますます微細になることは、よい現象なのである。

どうしてか？　あなたの定力が相当定語にまで上昇すると、禅相が出現するが、その時、あなたの心は、自動的に禅相に専注するようになる。その時、あなたの呼吸が非常に粗いならば、それは、あなたの禅相への専注を干渉し、あなたの心は、一時、呼吸に注意を払ったかと思うと、次には禅相に注意を払うようになり、このようなことから、あなたの定力は、更に一歩進んで向上することができなくなる。このことから、呼吸がますます微細になる時、あなたは喜びを感じなければならないのである。

8-4-2　息が微細になった時

禅相がもうすぐ出現するかと思われる頃、多くの禅修行者は、困難に出会う。多くの修行者は、息が非常に微細に変化し、息が、はっきりしなくなることに、気が付く。

他の禅修行における業処は、レベルが上がれば上がるほど明確になっていくが、しかし、この業処（安般念）は、そのようにはならない。実際、禅の修行者がそれを育成すればするほど、そのレベルが高くなればなるほど、（＋息は）ますます微細になり、あるときなどは、まったく顕現しなくなる時もある。

しかし、それが顕現しないからといって、比丘は座席から立ち上がったり、座具を動かしたり、その後に、そこを立ち去ったりしてはいけない。では、どのようにするべきか？　「私は指導者にこの問題を聞きに行ってみようか？」「どうしてこうなるのか？」と思って、立ち上がってはいけない。というのも、立ち上がってそこから去ろうとする事は、姿勢に干渉が起こり、禅の修行はまた初めに戻り、一から始めなければならなくなるからである。もし彼が、次の座禅の時に、同じような方法で息に専注すれば、彼の定力は更に一歩向上し、息は再び顕現する。故に、彼は引き続きそこに座り続け、通常の場合において、実際に息がぶつかっていた場所を、一時的に、禅の目標とする。

ここで説明している事は（＋まとめると）、以下の通りである。もし、息が、暫定的に、あまりに微細になりすぎて、それを察知する事ができないのであれば、彼は引き続き、これまで息を感じていた鼻孔または人中を、感じ続けるようにするべきである。

こうすれば、息は再び明確になり、彼は暫定的に、禅修行を中心課題として（＋己の意識内に）引き戻し、最後に息を感じていた場所を覚知して、暫定的に消えてしまった息については、注意を払わないのがよい。

上記に述べたのは、修行の方法である。禅の修行者は、禅修行の目標が顕現しない状況を知る必要があるし、また、以下のように思惟する必要もある：

「これらの入息と出息は、どこにあるのか？それらはどこにはないのか？それらは誰の中に存在しているのか？それらは誰の中に存在していないのか？」

このように思惟する時、彼は、母親の子宮内の胎児、溺水者、色界無想有情天の梵天神、死人、第四禅に入った者、色界または無色界に生まれたもの、滅尽定（滅尽定 nirodha-sama-samāpatti は、心、心所、及び心生色法が暫定的に停止した境地）に入った者には存在していない、という事を発見する。故に、彼は己自身に以下のように知らせる必要がある：

「あなた（＝私）の智慧によって、あなた（＝私）は、自分自身は、絶対に、母体の中にはいないし、溺水している訳ではないし、無想有情天にいる訳でもないという事を知り、または死亡しているかどうか、または第四禅に証入しているかどうか、または色界、無色界に生まれたかどうかを知り、または、滅尽定に入っている訳ではない事が知れる。

実際、あなた（＝私）には入息と出息があるが、ただ、己の択法力が弱いために、それらを知ることができないだけなのである。」

その後で、心を、通常の場合において息が接触している場所に固定させ、引き続き、それに注意を払うべきである。入息と出息は、鼻の長い人には、鼻先に当たり、鼻の短い人には、人中に当たる。故に、あなたは、以下のようにして、当該の相に専注しなければならない：「ここが、それらのぶつかる所である。」

これが、なぜ世尊が：「比丘たちよ。私は、正念のない人、徹底的に明覚していない人は、安般念を修行する事ができる、とは言わないのである。」と述べた理由である。

どのような禅修行の業処であっても、それは、正念のある人、また、徹底的に明覚を得た人だけに成就を齎すものではあるが、しかし、この業処（＝安般念）以外の、どのような業処も、専注すればするほど、業処が鮮明になってくるのである。しかし、安般

念は育成するには、非常に難しいのである。それはただ、諸仏、諸辟支仏と諸仏子の心だけが、まるで自分の家のように感じる場所なのであるから。これは見過ごしてよい、小さな事柄ではなく、器の小さい人間が育成できるものでもない。それに専注すればするほど、それは静かになり、また微細にもなる。故にここでは、非常に強い念と慧が必要となってくるのである。

それはまるで、非常に精巧な布地を加工する時には、細い針が必要なように、また、もっと細くて小さい工具で針の穴を通す必要があるように、同じく、精巧な布にも似た、禅修行の業処を育成する時、細い針は念で、それと相応する、針穴を通る工具は慧であり、その両方共が、強固で健全でなければならない。比丘は、必要とされる念と慧を擁しておらねばならず、入息と出息の、通常の場合に、他の場所ではなく、とりもなおさず、それらが接触する場所において、それらを観察しなければならない。以上が、息がはっきりしない時、如何にして安般念を修行するべきか、という解説である。ただし、故意に呼吸を、長くしたり、短くしたり、または微細にしたり、変化させてはならない。

もし、このように呼吸をコントロールするならば、あなたの精進覚支と択法覚支は強くなりすぎて、定力は徐々に、減退する。呼吸を自然な状態のままに、専注するべきである。定力が向上した時、呼吸は時には長くなり、時には短くなる。呼吸が永くても短くても、あなたは毎回の呼吸の、息の始めから終わりまでを専注すること、だけが必要とされる。定力が更に向上した時、あなたは、呼吸が微細になればよい、という希望を動機として、全息への専注を継続する。呼吸が自然に、微細に変化した時、呼吸が長くても、短くても、あなたは微細な呼吸の全息について、専注し続けなければならない。

もし、一回ごとの座禅・瞑想の時に、あなたは毎回、微細な呼吸の全息に対して、一時間、または二時間以上、専注することができるとしたら、あなたの定力は相当にレベルが高い。この時は大切な時期であり、あなたは慎重に修行を続け、一切の妄想と、人との交流を止めて、歩くとき、立ち止まるとき、座るとき、横になるときなどの、一切の時間において、必ず正念を保持し、一心に、呼吸に専注するべきである。

8-5　禅相と光

もし、毎回の座禅・瞑想の時に、微細な呼吸に一時間以上専注することができ、かつ、そのような状態が、少なくとも三日間続くようならば、通常は、この時、禅相が出現する。ある種の禅修行者について言えば、光は禅相が現れる前に、出現する；ある種の禅修行者について言えば、禅相は、光の現れる前に、現れる。（＋光と禅相の）どちらが

先に出現しようとも、禅修行者は、禅相と光の区別を知っておかねばならない。禅相と光は異なるもので、それは太陽と陽光が異なるのと同じである。

光は、あなたの身体または身体の周囲の、どこかの部分にも、どこの方向にも出現することができるが、禅相は、あなたの鼻孔の出口付近にしか、出現しない。結生心以外の、すべての、心所依処に依存して生起する心は、多くの物質の微粒子を生じさせることができ、これを心生色聚と言う。もし、それらを分析するならば、一粒ごとの色聚の中には、少なくとも八種類の色法、すなわち、地界、水界、火界、風界、色彩、香、味、食素（栄養素）が含まれているのを透視することができる。もし、定力の強い心が生じさせた色聚であれば、その中の色彩は、非常に明るく、その光明は、あなたの全身のいたる所に出現する。また、これらの色聚の中の火界は、多くの時節生色聚を生じせしめることができるため、それらの内部の色彩もまた明るい。時節生色聚は、身体内部に散布されるだけでなく、身体外部にも散布される。散布される遠近については、定力の強弱による。定力が強ければ強いほど、これらの色聚は、遠くまで散布される。光明は、これら心生色聚と時節生色聚の中の、色彩の明るさから、来ているのである。

そして、あなたは、それらの光明に注意を払ってはならず、ただ、呼吸にのみ専注するべきである。その時、呼吸は非常に微細になる。微細な呼吸を覚知するために、あなたは持続性と、適度の精進を維持し、微細な呼吸を忘れない事と、かつ、それをはっきりと知っているようにする。もし、このように修行することができるならば、あなたの定力は引き続き向上し、安般念禅相もまた、あなたの鼻孔の出口の処に出現する。

8-5-1　安般念禅相とは何か

安般念禅相とは何か？　あなたの定力が十分に強いとき、呼吸は禅相に変化する。呼吸は、心生色聚から構成されており、その中の一粒ごとの色聚の中には、少なくとも 9 種類の色法が含まれている、すなわち、地界、水界、火界、風界、色彩、香、味、食素、音、である。定力が強いとき、色聚の中の色彩も非常に明るくなる。ちょうと、前述したように、これらの色聚の火界は多くの時節生色聚を生じせしめるが、それらのの中にある色彩もまた明るいものなのである。呼吸の中には、数えきれないほど無数の色聚があり、一粒の色聚の中の色彩の明るさと、その他の色聚の明るさが結合して一つになる時、光明が生じるが、このようにして生じる光明が、すなわち、禅相なのである。

8-5-2　禅相の色彩と形状に注意を払ってはならない

始めのころの禅相は不安定であるが、その時はまだ禅相に注意を払ってはならず、ただ呼吸にのみ、専注するべきである。あなたの、呼吸に専注する定力がますます深く、

ますます安定するとき、禅相もまたますます安定する。出現したばかりの禅相は、通常は灰色をしている。定力が向上すると、灰色は白色に変化し、その後に、光り輝く、透明な似相（paṭibhāga　ninimitta）に変化する。禅相は、修行者の心頃または想（＝思い）によって変化する：ある時、禅相は細長く、ある時は円形で、ある時は赤く、ある時は黄色になる、などなどである。あなたは禅相の色彩、形状または外観に注意を払ってはならい。そうすると、それは継続して変化し続け、あなたの定力は減退し、ジャーナに到達することができなくなる。

呼吸と禅相が結合して一つになるまで、一心に、ただ呼吸に注意を払わなければならないが、あなたの心が自動的に禅相に注意を払う時、その時には禅相に専注し、もはや呼吸に注意を払わないようにする。ある時には禅相に注意を払い、ある時には呼吸に注意を払うようなことをすると、あなたの定力は徐々に減退する。

8-5-3　特徴に注意を払ってはならない

あなたは、呼吸または禅相の四大の特徴に、注意を払ってはならない。すなわち、硬さ、粗さ、重さとやわらかさ、滑らかさ、軽さ、流動性と粘着性、熱さと冷たさ、支持性と推進性である。もし、それらに注意を向けたならば、四界分別観を修行していることになり、安般念の修行にはならない。次に、あなたは、呼吸または禅相の無常、苦または無我を観じてはならない。これらは共相と言う。なぜこれらを観じてはいけないのか？　というのも、観禅の目標は行法であり、それはすなわち、究極名色法と、その因であるから；呼吸と禅相は、究極法ではなく、それらはいまだ密集（概念法）しており、故に、観禅の目標にはなりえない。

もし、あなたが、それらを無常・苦・無我と見做すならば、あなたはすでに、安般念を修習しているのでもないし、観禅を修習しているのでもなくなる。もし、あなたの禅相が白色であり、また、あなたは、それに対して、継続的に専注することができるならば、それはますます白くなり、次にはますます明るくなり、それは、空にある明星のようになる。その時、あなたの心は、自動的に、似相の中に飛び込む。もし、あなたの心が似相の中に飛び込んだ後でも、長時間、完全に動揺することがないならば、この時の定力は、安止か、またはジャーナと呼ばれる。初心者にとっては、この時は非常に重要な段階である、と言える。その他の色彩（＋が現れる）安般念似相についても、同様（＋に理解するべき）である。

8-5-4　各種の異なる禅相

安般念の修行によって生じる禅相は、人によってそれぞれ異なっている。それは、人それぞれの違いによって、異なってくるものである。ある種の人々にとっては、禅相は、軟らかい感じである。たとえば：綿花、広げた綿花、空気の流れ、明星の光、明るいルビーまたは宝石の輝き、輝く真珠のようである。

ある種の人々にとっては、それは粗雑で、綿花の木の幹、または棘のある木にようである。ある種の人々にとっては、それはたとえば：長い紐または細い紐、花輪、煙、広げた蜘蛛の巣、薄い霧、蓮の花、月、太陽、電燈の光または蛍光灯の光のようである。

綿花のような、純白の禅相は、大多数の場合、取相である。というのも、取相は通常は、不透明で、光らないものだからである。禅相が、明けの明星のように光り輝き、透明であるとき、それは似相である。禅相が、ルビーまたは宝石のようであって、あまり光らない時は、取相である。それが明るくなり発光する時、それは似相である。その他の形状と色彩の禅相は、この方法を運用して、理解することができる。

異なる人には、異なる形態の禅相が生じる。というのも、禅相は「想（＝思い、以下同様）」から生じるからである。禅相が出現する前、異なる禅修行者の異なる想によって、異なる禅相が生じる。禅相は想から生じる・・・その根源は想である。異なる想から禅相が生じるのである。故に、それは異なる形式によって顕現するのは、想の差異を原因としているのだということを理解する必要がある。（《清浄道論》）

想の差異を原因として：禅相が生起する前に生じていた想の差異による。これらの注釈によると、異なる禅相は、異なる想に依存して生じる。しかしながら、仏陀の教えたアビダンマ蔵のよると、想は、単独では生起できないものである。それは、必ずや、その他の相応する名法と同時に生起する。ここにおいて、もし、禅修行者が、愉快な心で、安般念似相に専注するならば、合計 34 個の名法（＋があり）、そのうちには、触、思、一境性、作意、尋、伺、勝解、精進と欲が含まれる。故に、想に差異があるだけでなく、一切の相応する名法にもまた、差異があり、非想非非想処禅（neva-saññānāsaññā yatanajhāna）は、まさにその一例である。

このジャーナと、その相応する法は、想がなく、また想がない訳ではなく・・・（＋このジャーナがそのように呼ばれる）その理由は、粗い想はない、しかし、微細な想はある、ということにある。ここにおいて、単に、想が、かくの如くであるばかりではなく、受もまた非受非非受、識は、非識非非識、触は、非触非非触である；同様の形容法

は、その他の相応する法にも適応することができる；しかし、ここでは、想を用いて説明していることを理解する必要があるのである（《清浄道論・第 10 章・第 50 節》）。

同様に、安般念禅相もまた、想を用いて説明することを理解しなければならない。我々は、後になって、先ほど述べた 34 個の名法について、開示と討論を行いたいと思う。

8-5-5　二種類の禅定

二種類の禅定がある：近行定と安止定である。安止定は、心が持続的に、不断に、目標、たとえば、安般念似相に、完全に沈入するものである。この時、当該の（禅修の）目標を覚知する心の合間に、有分心が生起することはない。禅支はすでに、強くて、心をして、不断に目標につなぎとめておくことができる。近行定では、心が目標に沈入する時間はますます長くなるけれども、いまだ、ある時には、心は有分心が生じて、（＋集中が）途絶えてしまうことがある。この段階では、五禅支の強度が足りないために、心は干渉を受けないで、（目標の中に）安止することができないのである。

8-5-6　転輪聖王の胎児

疏鈔では、比喩をもって、このことを解説している：たとえば、一人の王妃が、将来転輪聖王になることができる胎児を身ごもったとする。彼女は時々刻々、肉眼で己の子宮内の胎児を見ることができる。その時、彼女は、この胎児が出産前に死なないように、非常に慎重に、恭しく保護する。同様に、禅修行者は、非常に慎重に、恭しい心でもって、己の禅相を守らなければならない。怠惰な心、気の抜けた心、また健忘の心は、人をして、高度の修行の成就に導かせることは、ない。故に、彼は、熱意、正知と正念を保持し、歩くときにも、立ち止まるときにも、座るときにも、横になるときにも、禅相に専注しなければならない。

たとえば、経行（行禅、歩く瞑想）の時、彼、まずは、経行処の起点に立って、呼吸に専注しなければならない。禅相と呼吸が結合して、かつ、彼の心が自動的に禅相に専注する時、彼は一心に禅相に専注する。専注した結果、定力が非常に強くなった時、（＋修行者は）初めて、足を上げて歩き始める。歩くときは、引き続き、一心に禅相に専注する。

8-5-7　禅相を守る

あなたは、一つの種類ごとの姿勢において、同様の方法によって、正念をもって、禅相に専注しなければならない。もし、一回の座禅・瞑想の時に、禅相への専注を通して、ジャーナを証得することができたならば、それは非常によいことである。もし、それが

不可能であるならば、あなたは、それを、転輪聖王の胎児と見做して、それを守ることに、精進しなければならない。ここにおいて、守る方法は、以下の七つある：

（一）住む場所。

（二）行く場所。

（三）言論。

（四）人。

（五）食べ物。

（六）気候。

（七）姿勢。

8-5-7-1　住む場所

もし、あなたが、ある地方に住んでいるとして、いまだ生起しない禅相は生起せず、または生起した禅相が消失することがあり、また、いまだ打ち立てていない正念を打ち立てることができず、定のない心もまたそのままに、定に安立することができないならば、その住所は、不適切である。もし、禅相が生起して、かつ安定しており、正念も打ち建てられて、心も定に安住することができるならば、この種の住所は、よい住所である。故に、ある寺院の中で、たくさんの住まいがある場合、あなたはそれらの住居を、逐一、試すことができ、一か所において、三日ほど住んでみて、心が専一になる住居（＋を見つけて、そこ）に住するのがよい。適切な住居に住んで初めて、あなた、あなたの禅修行の業処を、知ることができるのである。

8-5-7-2　行く場所

住まいの北方または南方の、あまり遠くない所で、一個半の「各沙」（kosa）の距離以内に、簡単に托鉢食を得られる村が、（＋托鉢に）向いている。この条件に反する村は、不適切である。住まいの北方、または南方を選ぶのは、（＋托鉢で）往復する時に、昇ってくる太陽と向き合わない為である。一個の「各沙」とは、300 弓に等しい距離である。

8-5-7-3　言論

32 種類の、無益な言論に含まれる言論は、不適切である。というのも、それは、禅相を消失させるからである。10 論に関連する言論は適切であるが、しかし、適切ではあっても、同時に、適量でなければならない。

獣語（tiracchānakathā）：　多くの翻訳者は、この言葉を「獣語」と訳している。しかし、tiracchānakathā を直訳すると、「横に向かって歩く」である。この語彙は、動物の事を言っているのではあるが、注釈（中部註）の解説では、ここでは横に向かって歩く言論を指すか、または、天界や解脱（涅槃）へ向かう道とは直角になる方向へ歩く言論を意味すると言い、その含意は、この種の言論は、（＋精神の）向上とは相反しているということである。

無益な言論とは、王について語る、盗賊、大臣、軍隊、危難、戦争、食べ物、飲み物、衣類について語る、ベッド、花飾り、香水、親戚、車、村、町、都会、国家について語る、女性、英雄、街道、井戸、死人、些末事、世界の起源、海の起源、事柄は実にこのようであるか、ないかについて語る。最後の一項目は、六種類ある：常論、霊魂断滅論、幸運論、損失論、欲楽論、自虐論。故に合計 32 種類の、無益な言論があることになる。

この 32 種類の無益な言論は不適切である。というのも、あなたが禅相に専注する時、これらは、あなたをして、禅相を消失せしめるからである。しかしながら、10 論は、適切である。10 論：10 論とは、経の中で提起された 10 種類の言論である：

「このような言論は、貪欲を解消するのに関連があり、心の解脱に有益であり、厭離、離欲、滅尽、寂静、勝智、正覚と涅槃に導くことができる。それはすなわち：少欲論、知足論、離群隠居論、遠離社群論、精進事論、持戒論、定論、慧論、解脱論、解脱智見論である。」たとえこれらが、適切な言論であるとしても、あなたは、ただ適量をのみ語るべきである。

8-5-7-4　人

人：無益な言論をなさず、戒行・功徳を擁し、定のない心をば、定を得る様にすることができ、または、既に定のある心をして、更に定を深める人は、適切な人である。

己自身の身体に関心を寄せすぎたり、運動や、身体のメンテナンスに忙しく、無益な言論をなし、趣味について語る人もまた、付き合うには不適切である。というのも、彼らはただ干渉、混乱を齎すだけであって、それはまるで、清らかな水に、泥を混ぜ込むようなものなのである。

8-5-7-5　食べ物

甘い食べ物は、ある種の人々に適しており、酸っぱい食べ物は、また別の、ある種の人々に適する。

8-5-7-6　気候

涼しい気候は、ある種の人々に適し、温暖な気候は、また別の、ある種の人々に適する。ゆえに、あなたは、どのような食べ物を食べて、どのような気候の場所に住めば、自分自身が快適に思うのか、定のない心に定を得させることができるか、またはすでに得た定を更に深めることができるかを見つけ出すべきで、その時、あなたはその食べ物、その気候があなたに適しているのである（＋と判断してよい）。その他の食べ物、気候は不適当である。

8-5-7-7　姿勢

歩くのが己には適していると思う人もいるし、立つまたは座る、または横になるのが適している、と思う人もいる。住む所の問題と同じく、あなたはそれぞれ、三日ほど試してみて、定のない心をして定を得させ、またはすでに定のある心に、更に定を深めることのできる姿勢（＋を見つけるの）がよい。その他の姿勢は不適切である。あなたは、七種類の不適切な状況を避け、七種類の適切な状況を選ばねばならない。

というのも、あなたは、そのように禅相を育成することに精進するれば、あなたは、余り長い時間待たずに、安止を証得して、己の願望を実現することができるが故に。

8-6　10 種類の安止の善き方法

しかしながら、上述のように修行しても、安止が得られない時、あなたは、10 種類の安止の善き方法を採用しなければならない。安止の善き方法とは、以下の 10 の方面から考察するのがよい：

1，使処の清潔。

2，諸根のバランス。

3，善き方法による善相の掌握。

4，心が精進するべき時の、心の精進。

5，心がコントロールを受けるべき時の、心のコントロール。

6，心が励起するべき時の、心の励起。

7，心を平捨によって観ずる必要がある時、心を平捨によって観ずる。

8，定の無い人から遠く離れる。

9，定のある人と親しくする。

10，定の育成への決意。

8-6-1　使処清浄

使処清浄とは、内部と外部を清浄に保つ、という意味である。あなたの頭髪、爪また体毛が長いとき、また体中が汗まみれの時、これを内部不清浄、という。古くて悪臭を放つ袈裟を着ていたり、住まいが汚い時、これを外部不清浄、という。この時、心と心所に相応して生起する智もまた不清浄で、それは、まるで、不清浄なランプのホヤ、ランプの芯、油によって生じた灯火のようである。諸行――究極名色法及びそれらの因――は、不浄なる智でそれらを観察しようとする人に、明確に顕現することがない。あなたがあなたの業処において、このように、禅修行に尽力する時、たとえば、安般念など、それは成長しないし、向上もしないし、円満成就することもない。

しかしながら、内部と外部が清浄である時、心と心所に相応して生起する智もまた清浄であり、それは、たとえば、清浄なランプのホヤ、ランプの芯、及び油によって生じた灯火のようである。諸行――究極名色法およびそれらの因――は、清浄なる智によってそれらを観察する人に、顕現する。もし、あなたがあなたの業処において、このように禅修行に尽力する時、たとえば、安般念など、それは成長し、向上し、かつ円満に成就する。

8-6-2　諸根のバランス

安般念禅相に専注する時、有分心に落ちるのを避けるためと、また、引き続き定力を向上させる為に、あなたは五根（＋の力）に頼らなければならない；

信（saddhā）、精進（vīriya）、念（sati）、定（samādhi）、慧（paññā）によって、心を策励させ、心をして専注させ、（＋心をして）似相に固定させる。五根とは、心をコントロールする五種類の力であり、それらは、心をして、涅槃へ向かう止（samatha）と観（vipassanā）の正道から離れないようにする（＋ことができる）。

8-6-2-1　信（saddhā）

五根の内、一番目は、信である。信の特徴は（信じるべき事柄　saddheyya　vatthu）に対して、信心（＝確信、納得）がある、という事である。その作用は清澄で、清水宝石が、混濁した水を清らかにすることができるが如く、である；または励起で、洪水に

向かって行き、洪水を渡るが如くである。現起（＝現象）は、迷妄ではないこと、すなわち、心の不浄を取り除くか、またはそのように決意し、その決意に、迷いがない事。

近因は、信じるべき事柄、たとえば、三宝、業報の法則、縁起、または正法の聴聞、およびソータパナの素質、である。

信について、《殊勝義註》では、以下のように言う：

信の特徴は、浄化と激発（＝発奮）である。転輪聖王の清水宝石のように、水の中に放り込むとそれは、個体、堆積物、水草及び泥を沈殿させることができ、混濁した水を清らかに、かつ透明で、また、汚染の影響を受けないようにすることができる。信が生じる時、諸々の蓋が捨て去られ、汚泥は沈殿し、心は浄化され、心は（＋汚染の）干渉を受けなくなる；心はすでに清浄になっているため、人は発心して、布施、持戒をし、布薩（＝ウポーサタ）を守り、禅の修習、止禅と観禅の修行を、始める。このように、信は、浄化の特徴を有する。

《殊勝義註》は《ミランダ王問経》の中の一つの比喩を参考にしている：ある一人の転輪聖王と、彼の軍隊が小さな川を渡ろうとした。小川は軍隊によって汚染された；しかし彼の清水宝石が小川を浄化し、砂泥と水草を沈殿させ、水を清らかにして、また（＋汚染からの）影響を受けないようにした。汚染の影響を受けた水は、まさに煩悩の影響を受けた心と同じである。信は心を浄化し、心を清らかなるもの、透明で、汚染の影響を受けないものに、変える。

「激発（＝発奮）」の特徴について、《殊勝義註》では、また別の譬えを使って、以下のように解説している。鰐、怪物、鮫、夜叉などがいる大きな河の両岸のそれぞれに、大勢の人々が立っていてるが、恐ろしくて、河を渡れない。一人の勇士が河を渡るためにやってきて、剣でもって、それらの危険な動物を取り除き、皆のために道を開き、彼らを対岸に渡れるように、してあげた。

《殊勝義註》は言う。・・・ゆえに、信は、先導であり、人々が布施をする、持戒する、布薩を守る、修行をする前提となるものである。上記のようであるから、次のように言うのである：信の特徴は、浄化と激発である、と。故に、禅の修行の時、三宝または業報の法則などに信心（＝確信）がなくてはならない。非常に重要なのは、仏陀の証悟を信じる事である。というのも、もし禅の修行者が、この種の正信に欠ける時、彼は禅の修行を放棄するからである；仏陀の教法を信じるのも、非常に重要である。すなわち：四道、四果、涅槃及び教理である。仏陀の教法とは、我々の実践する禅の修行方法

と修習の次第（＝順序）であり、この段階で非常に重要になるのは、教法への深い確信である。

もし、禅の修行者が以下のように考えたとする:「呼吸する時の息を観察するだけで、ジャーナに至ることができるのだろうか？」または「（＋人々が言うように、白い綿のような禅相は取相で、透明な氷の塊のようであるか、またはガラスのようでるときは、似相であるというのは本当であるのか？」

もし、このような疑念が心にあるとき、それらは以下のような見解を導くことになる：

「現代のこの時代、我々はジャーナに到達することはできない。」

この種の見解のせいで、彼は仏法への信心（＝確信）が減退し、禅定の修習を放棄することになる。故に、安般念業処によって、禅定の修行をしている人は、堅固な信心（＝確信）をもって、まったく疑いの余地なく、安般念を修行しなければならない。

彼は以下のように考えるべきである：「円満なる正覚の仏陀の教法を、段階を追って修行するならば、私は必ずジャーナに到達することが出来るに違いない。」

8-6-2-2　精進（viriya）

精進とは、奮闘努力の境または行為である。その特徴は、支持、奮闘、または具生、或いは相応の名法（心と心所）を駆動して、目標に向かわせる事であり、たとえば、（＋その目標とは）安般念禅相などである。その作用とは、支持または、これらに相応する名法を、安定させることである。その現起（＝現象）は、継続して堅持する事である。

その近因は恐れ（saṁvega）または事において精進する、であり、すなわち、何事かにおいて、精進を励起する事である。

それは、まるで、老朽した家屋が倒壊しないように、新しい支柱を何本か足すかのようであり、又は、国王の軍隊が、敵を撃破する為に配置された後方支援の軍隊のように、精進とは、すべての相応する名法を支えて、それらが安般念禅相などの目標から撤退しないようにすることができるものである。（＋精進が）正しく励起している時、それは一切の成就の根であると、見做すことができる。ちょうど、老朽化した家屋が、新しい柱で補強されて、直立して倒れなくなるように、同様に、精進によって強化されると、発心した禅修行者は、撤退しないし、または道徳的な腐敗もしない。補強・強化という特徴は、このように理解されるべきである。

戦場にある時、小さな軍隊は、撃退される可能性がある。しかし、国王の派遣する強力な、後方部隊の支援の下であれば、彼らは敵を撃破することができる。　このように、

精進は、その相応する名法が委縮したり、撤退したりしないようにすることができる；それは、それらを向上させ、支援する。このように精進には、支持、支援という特徴がある。

精進の作用は、これらの相応する名法を安定させることである。精進は、それらが、己自身の任務を遂行し、また、（＋安般念などが）中断してしまわないようにし、それと相応する、心とその他の心所を強化し、また支援する。たとえば、もし、ある人が止禅（たとえば、安般念）を通して、煩悩を鎮伏しおうと思い、かつ、それをどのように育成すればよいのかを知っているとする。この事は、止禅に関する精進と気力・根気の縁と関係がある。

もし、ある人の目標が、如実に究極法を知ることであるならば、観禅を育成するための精進の縁と関係がある。この種の精進は、相応する心と同時に生起する；当該の心は、正念をもって、究極名法または色法を知る（＋ことができる）。正精進は、その因と縁によって生起し、精進に尽力している私、は存在しない。精進の近因（＝直接原因）は、怖れの心または精進事（＝精進そのもの）である。

生・老と死は、我々をして、最終的に生死輪廻から解脱できるような正見を、急ぎ育成させるよう促すことができる。我々が、出入息、または安般禅相、または究極法に対して、正念を保持するのを受け入れ、促す時、決して、一個の自我が存在して、正念を保持しているのではないことが、分かる。正精進は、一種の究極法であり、それが生起するのは、その因と縁が強化された事、及び、（＋心の）支えによるのであり、また、その相応（＋する心）、正念を具備する心、（＋が原因）でもある。精進は、勇猛果敢に、かつ持続的に、八聖道を育成するために、必要である。というのも、それは、苦の滅に至る、唯一の道であるのだから。

老、病と死は、生きるうえでの事実であり、それは、我々に、急ぎ、正見を育成しなければならないことに、目覚めさせる。それらは、我々の、牛追い棒である。それらは、正精進の近因であり、言い換えれば、安般禅相または究極法に対して正念を保持するという実践項目に対して、精進することでもある。

精進とは「一切の成就の根である」――これは《清浄道論》における精進への定義である。精進は一種の根（indriya）であり、ジャーナと証悟に到達する為に、他の根と同時に育成されなければならないものである。精進は、怠惰を制御または阻止する。怠惰は、ジャーナと証悟への障礙となる。精進もまた道分の一種で、正精進（sammā-vāyāma）と言う。正精進は、八聖道分の中の、正見と共にあって、初めて道分となることができる。八聖道における正精進は、四念処の修行を通して育成される。究極法に対して正念を保持する時もまた、正精進が生じる。

8-6-2-3　念（sati）

「念」（sati）という、この文字の、語根の意味は、「憶念」である。しかし、心所（＋の働き）としては、それは、留意する、目標に対して気づく、ということになる。

我々が布施（dāna）、持戒（sīla）と禅の修行（bhāvanā）に尽力する時、善心（kusalacitta）に対する信（saddhā）がある（＋と言える）。もし、善なる法の価値に対して、信心（＝確信）がないとき、我々は、何等の善業（kusala　kamma）もなす事はない。善心は、信をもって、その任務を実践するだけでなく、念も必要である。言い換えれば、善なる法に対して、気づきと、忘れないでいる事（＋という、心の働きが必要である）。

多くの、布施、持戒と禅の修行の機会があるのに、しかし、我々は、しばしば善法を忘れ、これらのチャンスを見逃している。念が生じる時、それは、善法への気づきであり、それは、善を行うチャンスを見逃さない、という事でもある。（我々は）布施、持戒と止観の禅の修行について、正念を保持する必要がある。

念の特徴は、不動揺（＝動揺しない事）で、言い換えれば、目標（たとえば、安般禅相または究極法）に対して、それを見失わない、という事でもある。論師の解説では、念とは、心を目標に安定させることであり、それはちょうど、石が水の中に沈んでいくようなもので、ひょうたんが水に浮いて漂うのとは反対である、と言う。念は、心をして、四念処や、その他の、証悟へと導く善法から離れ、漂わないようにする。念のもう一つの特徴は、「獲得」または「手にする」（upagaṇhanā）で、言い換えれば、有用でかつ有益な法を、獲得することを意味する。（＋念が）生起する時、念は、その法が有益であるか、無益であるかを子細に検査する：

「これらは有益なる法である、あれらは無益な法である、これらの方は有用で、あれらの方は役に立たない」と。その後に、（＋念は）無益な法を取り除き、有益な法を手にする。

念の作用は、目標（たとえば、安般禅相）に対して、迷わない、または忘れない、である。その現起（＝現象）は、守護または心が目標（たとえば、安般禅相）に向かい、対応している状態である。その近因（＝直接原因）は、強くて力のある想（thirasaññā）、または四念処である。それは、安定的に、目標の上に建立された門柱であると見做されるか、または、根門を守り、煩悩（心の傷つき）を退ける守衛であると、見做すべきである。

念は、気づきの善法であり、それは我々をして、不善な法から遠ざけることができる。

実際は、仏法を知らない人であっても、善業をなすことはできるが、しかし、仏法によれば、人々は更に正確に何が善で、何が悪であるかを知ることができる。善き法友と親しくし、仏法を聴聞し、仏法について思惟する事は、布施、持戒と止禅・観禅の修行における正念、すなわち、すべてのレベルの正念であるが、それらの育成にとって、助成し利益する所の、縁となるものである。仏陀は、詳細に、何が善で、何が悪であるかを説明している。我々は、仏陀の語られた事をよく考え、それらの中に含まれる意義を理解しなければならない。その後で、我々は、自分自身で、仏陀の教えの真実性を実証することができる。

布施を忘れない念、持戒を忘れない念のほかに、心を育成することを忘れない念もある。定力の育成または止禅は、心の育成の一種である。（心の育成をしようとする時）止禅を育成しようとする善心（に相応する）念がある。止禅には多くのレベルがある。

ジャーナ、すなわち、安止は、高度なレベルの止禅であり、それを証得する事は、非常に難しい。ただ、止禅の修行という善業を累積した事、及びその修行法に対する正しい見解を持った後においてのみ、人々はジャーナを証得することができる。人によっては、ジャーナを擁してはいないけれども、日常生活の中で、静かな時間を持つことが出来ることもある。たとえば、止禅の一つに数えられる安般念の特徴に対して正しい見解を持つならば、日常生活において、この種の素養を育成することができ、そのようであれば、安般念を縁として生じる静けさを擁することができる。

（＋心に）静けさがある時、それがどのようなレベルの静けさであろうとも、静けさを目標として生じる念が存在する。それはたとえば、安般念であったり、慈愛禅であったり、仏随念であったり、またはなにか他の、止禅の念であったりしても。仏法を研究する行為は、心の育成に含まれる。

我々が、究極法に対して、更に深く理解したいという目的のために仏法を学ぼうとするとき、その時もまた、念は存在する。我々が、仏法を学習し思惟する時、その時は、理論的に究極法を理解する智慧（āgamasuta）が存在する。しかし、それは、究極法の存在する今ここにおいて、直接的にそれらを了解する智慧（adigamasuta）とは異なる。

理論的な智慧は、（＋対象を）直接的に透視する（＝本質を直接観察して了解する）智慧（観智）を育成するための、欠くことのできない基礎である。

もし、あなたが十分な定力を擁する時、それが近行定であろうとも、または安止定であろうとも、あなたは直接（＋対象を）透視することによって得られる智慧を、育成することができる。それがすなわち、観智である。

8-6-2-4　定あるいは一境性

定（samādhi）あるいは一境性（ekaggatā）とは、もう一つ別の心所(cetasika)であり、それは必ずや、一つ毎の心（citta）と同時に生起する 7 つの遍一切心心所の内の一つである。心の特徴は、目標を認識する事であり、故に、生起した一個ごとの心は、必ず目標を必要とする。縁によって目標を取らない、如何なる心も存在しないし、また、一個の心は、一個の目標を取る事しか、できないのである。一境性の作用は、一個の目標に専注することである。たとえば、眼識は、ただ色塵を認識することができるだけであって、他の目標を認識することは、できない。そして、（これと相応する）一境性は、すなわち、色塵に専注するのである。耳識は、声塵しか認識することができず、色塵やその他の目標を認識することはできず、（これと相応する）一境性はすなわち、声塵に専注するのである。

一境性は、心と目標が結合して一境になる。それは、ジャーナにおいて、禅支になった時にだけ、顕著になるが、諸々の論師は、一切心の中、たとえ最も基本的な心においてさえも、それ（＝一境性）は、心をして専一にしむける能力を有しており、心を目標に専注させる作用を執行すると、考えている。その性質は、不散乱であり；作用は、相応の法の統一であり；現象は、平静であり；近因（＝直接原因）は、楽である。

目標への専注、という作用を持つ　ekaggatā　は、通常、一境性または、定と訳される。一たび「定」と聞くと、我々は、一境性は止禅の中にしかない、と思いがちである。がしかし、事実はそうではない。止禅の修習をする時、一境性が進歩を提供する（＋という風に考える）のは正しいが、しかし、それは止禅に限った事ではない。一境性は、一切の心に随伴している。ただ、異なった心理に伴って、その性質が異なってしまうだけである。

不善心に伴う一境性は、邪定（micchā-samādhi）と言い、善心に伴う一境性は正定（sammā-samādhi）と言う。定は、一境性心所の、もう一つ別の呼び名なのである。邪定と正定は、共に一境性心所であるが、しかし、それらの性質は異なっている。正定は、正確、または善なる方式で、目標に専注する事、である。定には多くのレベルがある。たとえば、初禅定、第二禅定など等である。

《法聚論》（Dammasangaṇi）の注釈である《殊勝義註》は、正定に属する一境性を、以下のように説明している。

この定は、名を一境性と言う。己自身が散乱しない、または相応する名法を散乱させないという特徴を擁する；ちょうど、水が、洗濯石鹸を練り合わせて糊状のするように、具生の法を結合させる作用がある。その現起（＝現象）は、心または智の静寂である。というのも、（経の中で言う）：「（心の）定まった者は、真実なる法を如実知見する」からでる。通常、それの近因は楽（sukha）である。我々は、心の安定・静寂とは、無風の下での、灯火のように安定していることであることを、理解しなければならない。

正定は五禅支の一つである：止禅において禅支を育成するのは、五蓋を鎮伏して、ジャーナを証得する為である。ジャーナを証得しようとするならば、尋（vitakha）、伺（vicāra）、喜（pĪti）、楽（sukha）及び定（samādhi、すなわち、一境性）を、必ず、育成しなければならない。すべての禅支は、業処（たとえば、安般念）を修習することによって、心が軽安を獲得するのを支援する。観禅における正定もまた、存在する。我々が知っている通り、《特殊義註》で言われる一境性心所または、定の二番目の現起（＝現象）は、智でり、真実の法を如実に知見することであり、それはすなわち、智慧である。智慧でもって、究極名法または究極色法を如実に知見する時、正定は、まさに己の任務を遂行しているのである。例をあげれば、智慧でもって、究極名色法及びそれらの因の無常、因の苦または、因の無我の本質を如実知見する時、正定は、正確な方式でもって、同一の、一個の目標に専注する。正定が、涅槃の出世間慧（正見）を伴う時、それは、涅槃に専注する。その時、正定は、出世間八聖道分のその中の一道分になるのである。

8-6-2-5　慧（paññā）

アビダンマにおいて、慧（paññā）、智（ñāṇa）と無痴（amoha）という、この三種類は、同義語である。ある時は、慧は、慧根（paññindriya）と言われる。慧は、如実に、究極法を知る：心、心所、色法と涅槃を。ここにおいて、それを根と呼ぶのは、究極法を如実に知るためには、それが最も、重要であるからである。慧は、多くの種類があり、また、多くのレベルがある。善法の利益を知り、不善法の欠点を知る智慧、また、生命の短さを思惟し後、それによって生じる智慧など等。たとえ、仏法を聞いたことがなくても、これらの智慧は、生起することがある。仏法を学習した後、究極名色法及びそれらの諸因（すなわち、業報の法則）を、理論的に理解する智慧。智慧が向上すると、究極名色法、業報の法則、または縁起を、直接見通す、智慧が生じる。究極法を直接見通す智慧は、最高のレベルまで、育成することができる。それはすなわち、順序良く涅槃を証悟することと、一切の煩悩を滅する、聖道の智慧である。

諸法を如実知見する事は、仏教の目標である。智慧は、必ずや、何が究極法で、何が究極法でないかを、知ることが出来なければならない。邪見がある時、我々は諸法を、如実知見することができない。究極的には、人、動物、また家屋は真実（＋の存在）ではない。それらは、究極名色法、または究極法に構成・組成されているだけなのである。究極的には、真実とは、究極名色法である。それらは、自性を有している。それらが、一つ一つ、六門の内の一つに顕現する時、それらの自性を、直接体験することができる。我々は、定と慧を育成することを通して、仏陀の教えの真実性を、証明することができる。その時が来れば、我々は、究極法とは、常なのか無常なのか、究極法をコントロールできる人または自我があるのかどうか、を知ることができる。

一つ一つの究極法は、みな、それぞれに自性の相を有している。その自性を識別することを通して、それとは別の究極法を、区別することができる。もし、直接、究極法を見通す（＝透視する）智慧を育成しようとするのであるならば、究極法の自性の相を知るだけでは、足りない。定力を基礎として、段階を追って、智慧を育成し、その智慧をもって、有為の究極法の三種類の共相（＝共通する相）：無常相、苦相、無我相を見通す（＝透視する）ことができるようにならなければならない。

理論的な（+ことを理解する）智慧は、パーリ語で pariyatti（教理）といい；修行によって直接、見通す（＝透視する）智慧は、パーリ語で paṭipatti（行道）といい；真理を透視するパーリ語は、paṭivedha（通達）という。

慧は、善根の一つであり、その他の四つの根と同時に育成しなければならない。すなわち、信根、精進根、念根と定根である。この五根を育成することを通して徹底的に四聖諦を知ることができる。慧は、無明を克服する、その最たる重要性によって、根となる。それは、見（見とは、無常、苦、無我の三相を知ることでもある）の特徴によって、それと相応する法（心と心所）を掌握・コントロールするものである。

《殊勝義註》の中の、同一の節の中において、慧の特徴は、照明（＝明るく照らす事）と理解である、と言う。それは以下のように説明される。

ちょうど、熟練した医師が、どのような食物が適切であり、どのような食物が適切でないかを知っているのと同じように、慧は、諸法が善であるか、不善であるか、有用であるか、無用であるか、低劣であるか、殊勝であるか、汚染されているか、清浄であるかを知っているのである。育成された慧は、四聖諦を知見することができる。

《殊勝義註》では、更に進んで、慧について、もう一つ別の定義を、定めている：慧の特徴は、徹底的に究極法の自性相に従うことによって、それらを知り、まったく一つの疑いもなく透視し、神の射手が射た＜的の中心（目標）＞そのもののようである。慧の作用は、目標を照らす灯火のようであり；現象は、迷わない事で、それは、まるで森の中の、非常に優秀なガイドのようである；近因（＝直接原因）は、定である。というのも、仏陀は以下のように、言っているのであるから：「定を有する者は、諸法を如実知見することができる。」

8-6-2-6　五根のバランス

これから、私は、安般念似相に専注する時、如何にして五根をバランスさせるのかを、説明する。諸根のバランスを保持するという事は、信、精進、念、定、慧の五根をバランスするという事である。もし、禅の修行者が、信の対象に対して、過大な信心（ここで言う、この対象とは、安般念業処の事である）がある時、信根による決定（勝解＝理解、知ること）の作用が強すぎて、慧根が不鮮明になり、そのことで、残りの精進根、念根及び定根の力もまた弱くなる。そうすると、精進根は相応する名法を策励させること、それらを似相において、作用させる事を保持することが出来なくなり；念根は、似相を憶念するという作用を確立することが出来なくなり；定根は、心を似相に安住させ、（＋心を）散乱させないという作用を実行できなくなり；慧根もまた、似相を見通す（＝透視する）作用を実行できなくなる。というのも、慧根は、似相を知ることができなくなり、そのことで、信根を支えることができなくなり、そのため、信根もまた、弱くなってしまうのである。

この状況においては、諸法の自性（dhamma-sabhāva-vekkhaṇa）を省察する事を通して、または信根に注目しない事を通して、信根が強くなりすぎないようにする方式によって、信根を変化させるのが良い。このことは、ヴァッカリ長老（Vakkali　Thera）の例で、説明ができる。

ヴァッカリ長老は、元々は、舎衛城にいた婆羅門で、三つのヴェーダに精通していた。

初めて仏陀を見たとき、彼は、長時間、飽きもせず仏陀を見続け、仏陀が行くところへは、どこへでも付いて行った。更に仏陀に近づこうとして、彼は、出家して比丘になった。食事の時と、沐浴の時以外のすべての時間において、彼は仏陀を想い続けた。

ある日、仏陀は彼に言った：

「もう十分だ、ヴァッカリ。君はなぜ、この不浄なる身体を見たいのか？　慧眼で法（聖道、聖果と涅槃）を見る人は、私を見る；私を見る者は、法を見る。ヴァッカリ。

人は、法を見る事によって私を見、私を見ることによって、法を見るのだ。」

たとえこのようであっても、ヴァッカリ長老は、仏陀から離れようとはしなかった。

雨安居の最後の日、仏陀は彼に（＋自分から）離れるように命じた。彼は非常に傷心して、霊鷲山に行って、禅の修行をしたが、仏陀に対する過剰な信心によって、彼は、聖道智を証悟することができなかった。仏陀は、彼に、五根をバランスする、特別な方法を教えた。長老は、仏陀の教えた方法によって精進し、順序良く観禅の修行をしたため、阿羅漢果を証得したのである。

たとえば、もし、あなたもまた、ヴァッカリ長老のように、仏陀への信心が強すぎる時、あなたは、仏陀の特徴に注目することをやめ、仏陀の究極名色法を観じ、その後に、それらを無常・苦・無我として、観ずるべきである。これは、諸法の自性を省察する一つの方法である。もし、あなたがこのように作意するならば、あなたの慧根は、強くて力のあるものに変化し、信根は徐々に弱くなる。慧根が強くなると、信根は弱くなる；信根が強くなると、慧根は弱くなる。これら（＋の現象）は、それらの本質である。故に、あなたは、それらのバランスを取ることに、チャレンジしなければならない。

今、あなたは安般念を修行している。もし、あなたの信根が強くて、その他のものが弱い時、あなたは、息の中の四界を観察するべきである。定力が徐々に強くなる時、あなたは、息の中の小さな微粒子を見ることができる。この時、あなたは、一粒の微粒子ごとの内の、究極色法を識別しなければならない。一粒ごとの微粒子には、9 種類の究極色法がある：すなわち、地界、水界、火界、風界、色彩、香、味、食素と呼吸音である。あなたは、徐々に、それらを無常・苦・無我と見做すようにしなければならない。もし、このようにできれば、あなたの慧根は強化され、信根は弱まるであろう。

この種の修行方法は、あなたにとって、困難なことかも知れない。というのも、あなたは、四界分別観を修行したことがないから。しかし、もしあなたが、それを修行したことがあるのならば、問題はない。注釈では、あなたは、もう一つ別の修行方法を、実践することができる、と述べている。それは、あなたは、あなたの信根が、強力になりすぎるような方式で、出入息に専注する事、または安止定似相に専注する事を、辞める事である。安般念の修行をする時、または禅相に専注する時、あなたは、注意してこのことを避ける様にするべきである。

次に、あなたは、信根の生じる原因を、観察するべきである。その後に、あなたは、因と果の両者を、無常・苦・無我として観察しなければならない。もし、あなたがこのように修行するならば、あなたの信根は弱まるであろう、というのも、あなたの慧根が、強化されるからである。観禅の修行をする時、この種の修行方法は、あなたにとって、非常に容易なものとなる。

もし、精進根が強すぎる時、その他の信、念、定、慧の諸根は、おのおの、決定、確立、不散乱と安般念似相を見通す（＝透視する）という作用を、実行することができない。強すぎる精進は、心をして、平静に、似相において、専注することができなくさせる。このことは、また、七覚支の内の、軽安、定と捨覚支の強度が足りない事を、意味

している。この状況の下では、軽安、定と捨覚支を育成することを通して、精進を緩和しなければならない。というのも、精進は、定によってバランスされるのであるから。

故に、あなたは、禅相を専注する定を育成することに重点を置くことによって、心をして、平静になるようにしなければならない。このことは、ソーナ長老の例で説明ができる。

ソーナ・コーリヴィーサ長老（Soṇa-Koḷivīsa　Thera）は、またの名を、スクマーラ・ソーナ（Sukhumāla-Soṇa）と言い、チャンパー（Campā）の生まれで、父親は牡牛長者（Usabhaseṭṭi）である。王舎城において、ソーナは、仏陀の説法を聞いて、信心（＝確信）で（＋胸が）一杯になり、父母の同意の下、出家して、比丘になった。

仏陀は、彼に禅修行の業処を一つ教え、彼は清涼林（Sītavana）に行き、以下のように思った：「私の身体は弱い。しかし、快楽を通して楽しみを得ることはできない。たとえ身体が疲労困憊しようとも、私は、沙門として、禅の修行をしなければならない」

このように思惟して、彼は、ただ、立つことと、歩くことという二つの姿勢・動作だけを採用し、睡眠もとらず、座ることもしなかった。彼は修行に精進し、行ったり来たりして（＋歩く）瞑想をし、その結果、両足を痛めて、激痛が走るようになった。彼の両足からは血が流れ、経行する道は、牛を殺す屠殺場のように、血だらけになった。

しかし、強すぎる精進のために、彼は修行に成功することがなく、そのために、絶望した。霊鷲山に住んでいた仏陀は、彼の考えを知って、彼を訪問した。仏陀は彼に注意を与えた：君は以前、楽器を奏でる時があったが、その時、弦をきつく巻きすぎたり、または弦が緩すぎたりすれば、楽器の音は美しく響かないし、弾くにも苦労する（＋ことがあったに違いない）。同様に、精進根が強すぎる時、動揺（＝落ち着かない様）が生じ、弱すぎる時は、怠惰が生じる。仏陀は、どのようにして、定根によって、精進根をバランスするかを、彼に教えた。過ちを糺した後、ソーナ長老は、再び禅の修行に励み、最後には、阿羅漢果を証悟した。以上は、ソーナ長老の物語である。

同様に、もし、その他の諸根、たとえば、定根、慧根が強すぎる時、よくない影響が起こる。どれか一つの根が強すぎる時、その他の根が、各自の任務を遂行できなくなる事を、（＋修行者は）知っておくべきである。そして、信根と慧根、定根と精進根のバランスは、諸々の聖者が讃嘆するものである。もし、信が強く慧が弱い時、迷信になりやすい。こういう人は、真実の利益に欠けた、または内容のない対象を信じ、崇拝したりする。彼らは、正統な仏教以外の宗教が信仰、尊敬する対象、たとえば、護法の神などを、信仰する。反対に、もし、慧が強くて信が弱い時、人は狡猾になり易い；自分自

身は実際に修行をしないのに、一日中、批判や論評をするようになる。彼らは、薬を飲み過ぎて（＋副作用で）病気になったようで、治療するのは困難である。彼は思う：「想像さえすれば良いのであって、実際に布施をする必要はない。それでも布施の善業は、得られる。」と。

彼は己の狡猾さと、業報の法則への誤解ゆえに、その被害者となる。彼は智者の言葉を理解できないし、真理を理解することもできない。故に、（＋彼らは）薬を飲み過ぎて（＋副作用で）病気になったようで、治療するのは困難である、と言われる。信根と慧根の二者をバランスする事を通して、人々は、真実と、内容のある事柄だけを信じるようになる。そして、信と慧がバランスすると、信じるべき事柄を信じることができる様になる。彼は三宝を信じ、業報の法則を信じ、もし、仏陀の教法に従って安般念を修行するならば、彼は、安般念似相を体験して、ジャーナに到達できることを確信する。もし、このような信心（＝確信）を持って修行し、かつ智慧を運用して似相を見通す（＝透視する）ならば、この時、信根と慧根は、バランスすることができる。また、もし、定が強く、精進が弱い時、定には、懈怠を生じる傾向があるために、心が懈怠に征服されてしまうことがある。故に、あなたは、気の抜けた、だらしない心で、安般念似相に専注することをしてはならない。というのも、そうすると、それは懈怠の助縁になるから。

もし、精進が強くて、定が弱い時、精進には掉挙（心の騒がしさ、浮つき）と不安定の傾向があるため、心が掉挙に征服されてしまうことがある。故に、あなたは、あまりに過剰に（精進性を高めて）安般念似相に専注しようとしてはならない。ただ定根と精進根がバランスする時のみ、心は懈怠または掉挙に落ちないで済み、その時、ジャーナに入ることができる。精進と組み合わさった定は、怠惰に落ちないし、定と組み合わさった精進は、掉挙（浮つき）に落ちない故に、両者がバランスされたときに、安止（＋定）に到達することができる。

また、信と慧とを、バランスしなければならない。止禅の業処を修習しようとする修行者にとって、強固な確信は、有益である。というのも、多少信へと偏向した心は、安止（＋定）へと導くことができるから。もし人が、「安般似相に専注する定力を育成したならば、私は必ずジャーナに到達することができる」と思うならば、信の心と、当該の禅相に専注することによって、彼は必ずや、ジャーナを証得するであろう。というのも、ジャーナとは、主に、定力に依存するものであるから。

定と慧のバランスも考慮されるべきである。止禅の業処を修行する者は、強固な一境性が必要である。というのも、彼は、強固な一境性によって、安止に到達するのであるから。

観禅を修行する者は、強固な慧が必要である。というのも、彼は強固な慧を通して、諸々の相を透視するのであるから。定と慧がバランスする時、禅の修行者はまた、安止に到達する。観禅の修行者にとって、慧根は非常に有益である。というのも、慧根が強い時、彼は三相を透視することができ、（＋それによって）無常・苦・無我の三相の智慧を、獲得することができるのであるから。

定と慧がバランスする時にのみ、世間禅（lokiya-jhāna）は、生起することができる。

仏陀は、定と慧の両方を、並行して修行しなければならない、と教えた。というのも、出世間禅（lokuttara-jhāna）もまた、定と慧のバランスによってのみ、生起するのであるから。

信と慧のバランスであっても、定と精進のバランスであっても、定と慧のバランスであっても、念根は、必ず必要とされる。念根は、すべての状況において適用される。というのも、念は心を保護し、心をして、強すぎる信、精進または慧によって、掉挙に陥らせたり、強すぎる定によて、怠惰に陥らせたりすることを、防ぐことができるのであるから。

故に、すべての状況において、念は必要である。それはすべてのスープには、塩が必要であるように、また国王のすべての政務は、宰相によって処理されるが如くに。

故に、古い注釈において、「世尊は言う：『念は、どのような業処においても必要である』」と述べられているのである。なぜか？　というのも、修行する時、念は、心の拠り所であり、保護者でも、あるからである。念は拠り所というのは、それは心を助けて、心をして、以前において到達したことのない、以前において知らなかった、高度な境地に到達せしめるからである；もし念がなければ、心はいかなる超凡の境地、非凡な境地にも、到達することはできない。念は心を保護できるし、禅の修行における対象を見失わないようにすることが、できる。これが、なぜ、禅の修行者が、以下の事が実践出来るのか、という理由である。

すなわち、観智でもって念を識別する時点で、彼が見ることになる念の現象は；それは、修行において専注している対象を保護する事ができる上に、また、禅の修行者の心を保護することができる（＋ということである）。

もし、念が欠けている時、禅の修行者は己の心を策励する事も、制御する事もできない。

これが、なぜ、仏陀が、念は、一切の状況において、応用、適用することができる、と述べた理由である。＜《清浄道論》第四章、第 49 節；《大疏鈔》第一冊、参照の事＞。

8-6-3　禅相の（巧みな）掌握

禅相を巧みに掌握するとは：

（一）安般念、またはその他の業処を通して、未だ生じた事のない心一境性の相（禅相）を生起させる事に、巧みであること；

（二）すでに生起した禅相を、育成するのに巧みな事；

（三）育成して、すでに獲得した禅相を、保護する事に、巧みな事。

以下で説明するのは、最後の項目である。

8-6-4　心が精進するべき時に精進する事

もし、禅の修行者が、安般念によって、ジャーナに到達したいと思っている時、七覚支をバランスする事は非常に重要である。

七覚支とは：

1,　念覚支（sati）：似相を明記し（＝覚えている事）、かつ、持続的に、似相を識別する；

2,　択法覚支（dhammavicaya）：似相について、徹底的に理解する；

3,　精進覚支（vīriya）：似相において、諸々の覚支を統合する事、バランスを取る事、に努力する。特に、択法覚支と精進覚支自体を、強化することに努力する；

4,　喜覚支（pīti）：似相を体験する時、心中に歓喜があること；

5、軽安覚支（passaddhi）：（＋心が）似相を対象とした時、心と心所が平静であること；

6,　定覚支（samādhi）：似相に対して、一心に専注する事（心一境性）；

7,　捨覚支（upekkhā）：心の平等性、心をして興奮させない事、または専注している似相から退出しない事。

如何にして、心が精進すべき時に、心を精進させるのか？　禅の修行者は、すべての七覚支を育成し、かつバランスしなければならない。精進が足りず、喜悦に欠けて、恐怖感（＝無常への恐れの気持ち）がなく、そのために心が怠惰である時、禅の修行者の

心は、禅の修行の目標から遠く離れることになる・・・（＋目標とは）ここでは安般念の事であるが。この時、彼は軽安、定と捨という、この三覚支を強化してはならず、択法、精進と喜という、この三覚支を強化することによって、心を再度奮い立たせるべきである。

世尊はかつて、以下のように述べた：

「比丘たちよ。心が軟弱で無力の時、軽安覚支、定覚支と捨覚支を強化する時ではない。なぜか？

比丘たちよ。心が軟弱で無力の時、それらの覚支では、心を奮い立たせる事はできないからである。

比丘たちよ。もし、ある人が、小さな焚火を大きくしたいと考えたとする。もし彼が、湿った草、湿った牛糞や湿った木材を火に投げ入れ、水を掛け、その上に砂を撒くならば、彼はこの小さな焚火を、猛烈に、大きくすることができるだろうか？」

「できません、尊者。」

「同様に、比丘たちよ。心が軟弱に無力であるとき、それは軽安覚支、定覚支と捨覚支を強化する時ではない。なぜであるか？

比丘たちよ。心が軟弱で無力であれば、それらの覚支で心を奮い立たせることは、非常に難しいが故に。

比丘たちよ。心が軟弱に無力であるとき、その時は、択法覚支、精進覚支と喜覚支を強化するのである。なぜであるか？

比丘たちよ。心が軟弱で無力であれば、それらの覚支で、心を奮い立たせることは、非常に簡単であるが故に。

比丘たちよ。もし、ある人が、小さな焚火を大きくしたいと考えたとする。もし、彼が、乾いた草、乾いた牛糞や乾いた木材を火に投げ入れ、息を吹きかけ、その上に砂を撒く事がないならば、彼はこの小さな焚火を猛烈に、大きくすることができるだろうか？」

「はい、できます、尊者。」

「同様に、心が軟弱で無力の時、それは択法覚支、精進覚支と喜覚支を強化する時である。なぜであるか？

比丘たちよ。心が軟弱で無力の時、それらの覚支で、心を非常に容易に奮い立たせることができるからである。」

ここにおいて、択法、精進と喜という、この三種類の覚支の育成については、それらの各々の栄養（または因）を如理作意することを通して、理解するべきである（＋と、私は主張する）。というのも、仏陀は以下のように述べているが故に：

「比丘たちよ。

未だ生起しない択法覚支が生起する栄養（または因）とは何であるか？

または、既に生起した択法覚支が、成長し、増加し、強化され、または円満になる栄養とは、なんであるか？

比丘たちよ。

善なる法と、不善なる法がある。指弾されない、または指弾されるべき法がある。高尚または卑劣な法がある。光明または暗黒の法がある。それらが、未だ生起しない択法覚支が、生起する栄養であるかどうか、または、既に生起した択法覚支を成長させる、増加させる、強化させる、円満になる栄養であるかを、数々、如理作意するべきである。

次に、比丘たちよ

。何が、未だ生起しない精進覚支が生起する栄養（または因）とは何であるか？　または、既に生起した精進覚支が、成長し、増加し、強化され、または円満になる栄養とはなんであるか？

比丘たちよ。

尽力界があり、精進界があり、不断なる精進界がある。それらが、未だ生起しない精進覚支が生起する栄養であるかどうか、または既に生起した精進覚支を成長させる、増加させる、強化させる、円満になる栄養であるかを、数々、如理作意するべきである。

次に、比丘たちよ。

何が、未だ生起しない喜覚支が生起する栄養（または因）とは何であるか？　または、既に生起した喜覚支が、成長し、増加し、強化され、または円満になる栄養とはなんであるか？

比丘たちよ。

喜覚支の基本となる法がある。それらが、未だ生起しない喜覚支が生起する栄養であるかどうか、または、既に生起した喜覚支を成長させる、増加させる、強化させる、円満になる栄養であるかを、数々、如理作意するべきである。」（《相応部》）

8-6-4-1　択法覚支を生起させる七種類の方法

上記以外に、択法覚支を生起させる七種類の方法がある：

１、パーリ聖典に関する意義の問題を考察し、註疏（＝注釈）を学習し、疑問について、教えを乞う。

２、清浄なる依処（身体や衣服の清潔など）。

３、五根のバランス。

４、愚かな人から、遠く離れる。

５、智者に親しむ。

６、思惟する時、奥深い智慧の境に、思いを馳せる。

７、択法覚支を育成することを決意する。

智者に親しむとは、四聖諦と縁起を、すでに徹底的に知っている聖者と親しむ事。または、すでに、止観禅の修行に成功した智者と、親しむ事を言う。思惟する時、奥深い智慧の境に思いを馳せるとは、五蘊、12 処、18 界、四聖諦、縁起を思惟し、また、それを知るには奥深い智慧が必要とされる究極法の本質――無常・苦・無我――が書かれている経典を示すことを言う。

8-6-4-2　精進覚支を生起させる 11 種類の方法

精進覚支を生起させる 11 種類の方法がある：

１、四悪道の苦しみの恐ろしさを思惟する。

２、世間及び出世間を成就する事によって得られる利益を理解する。たとえば、ジャーナ、観智、四聖道智、四聖果智など。

３、実践する道を思惟する：「私が行く道は、諸々の仏、諸々のパーチェカ仏、諸々の大弟子が実践した、涅槃へ向かう道である。怠惰な者は、この道を行くことはできない」と。

４、施者として、大果報を齎すことを通して、鉢で食物を受けるに相応しい者（＝托鉢僧）になる。

５、導師の偉大さを思惟する：「私の導師は、精進を讃嘆している。我々に極めて助けになり、利益のある無上の教えに対して、敬意を表するには、かならず修行を通してであり、他の方法で、それに敬意を表することはできない。」

６、遺産の殊勝さを思惟する：「私が獲得しようとしているのは、正法と呼ばれる巨大な遺産であり、それは、怠惰な者が獲得できないものである。」

７、光明想を通して、また姿勢の転換、露天に行く、または、その他教えられた方法によって、昏沈と睡眠を取り除く。

８、怠惰の人から遠く離れる。

９、精進する者と親しむ。

10、正勤を思惟する。

11、精進覚支を育成すると決意する。

四悪道の苦の恐ろしさを思惟する

ここにおいて、もし人が以下のように思惟したとする：

「比丘よ、今こそ精進に尽力する時である。というのも、地獄において、五つの槍で身体を貫かれるなどの極めて大きな苦しみを受ける時；動物に生まれて、網に捕らわれ、落とし穴に落ち、閉じ込められ、車を引かされ、人に棒や棘の付いた武器でたたかれる時；餓鬼界に生まれて、両尊仏の間の千千万万年の長期に亘る時間の、飢餓と喉の渇きの攻めに会う時；起屍アシュラ（Kālakañjika　Asira）に生まれ変わり、皮と骨だけの、60　または　80　腕尺（＝80 個分の腕の長さ）の巨大な身体を擁し、暑い日差しと風に吹かれて苦しむとき、これらの一切の時には、精進覚支を育成することはできない。」と。その時、精進覚支は生起する。

その利益を理解する

もし人が、精進を育成する利益を思惟し、以下のように思惟する：

「怠惰な人は９出世間法を証悟することはできない。ただ、精進する人だけがそれらを証悟することができる――これが精進の利益である。」と。その時、精進覚支は生起する。

鉢で食を受ける（べき）者になる

もし、人が、鉢で食を受ける者になることを思惟するなら、彼は思う：

「あれら、托鉢の食でもって私を支えてくれている人は、私の親戚でもないし、あなたの下僕でもない；彼らが私に美味しい食べ物を布施する時、彼らが、以下のように考えている訳ではない：『未来において、我々はあなたに依存して、生活しよう』。

彼らが布施する時、彼らの為した善業によって、彼らが、大きな果報を得ることができるようにと、期待している。また仏陀も、あなたが、必需品を用いて、ただ、身体を太らせ、生活を快適にすることを、許しはしない。ただ、あなたがそれらを用いて、沙門としての任務を遂行し、生死輪廻を解脱することだけが、許されている。もし、怠惰に日を送るならば、あなたは、托鉢の食を受けるに相応しくなく、ただ、精進する人のみ

が、托鉢の食を受け取ることができる。ちょうど大友長老（Mahāmitta　Thera）のように。」そうであれば、精進覚支は生起する。

大友長老は、農夫洞（Kassakaleṇa）に住んでいた。彼がたびたび出かけて托鉢する村に、一人の年老いた女性信徒がいて、彼を己の息子のように思いなし、彼を支えた。

ある日、彼女は森へ行く準備をしている時、娘に言った：

「ここにはよい米、牛乳、バターと砂糖がある。あなたは、この米を用いてご飯を炊き、あなたのお兄さん（＋のよう）である大友尊者が来たとき、そのご飯、牛乳、バターと砂糖を全部、彼に供養しなさい。あなたもそのご飯を食べてよいです。私はすでに、おかゆと、昨夜の残り物の冷や飯を食べました。」

「お母さん、あなたは、昼食には、何を食べますか？」

「あなたは、砕けた米と野菜で、酸っぱいおかゆを炊いて、それを私に、残しておいて下さい。」

長老が袈裟を着て、洞の入口で鉢の入った袋から鉢を取り出して、まさに托鉢に出かけようとしていた時、天耳通によって、母親と娘との会話が聞こえた。彼は思った：

「あの大施主は、おかゆと昨夜の残り飯を食べ、昼食には酸っぱいおかゆを食べようとし、飯、牛乳、バターと砂糖を私にくれようとしている。彼女は、私から、田畑、食物または衣類を得たいと思っている訳ではなく、ただひたすら、彼女の布施によって、人界、天界及び出世間界の成就を願っている。私は彼女に、これらの成就を、与えることができるだろうか？　まさにまさに、私は貪欲、怒り、愚かさの含まれた心で、彼女の食べ物を食する訳にはいかない。」

こうして彼は、鉢を鉢の袋へ仕舞い、袈裟の結び目をほどき、托鉢に行くのをやめて、農夫洞に戻った。彼は鉢を床に置き、袈裟を竿にかけ、座って修行に精進すること決意し、心で想った：

「もし、阿羅漢果を証しないのであれば、私はここから、出て行かない！」

これより前に、長らく修行に精進していた長老は、その時、再度、観智を育成し、いまだ食事の時間が来ない前に、阿羅漢果を証悟した。この漏尽者は、満開の蓮の花のような微笑を浮かべて洞を出た。

この洞の出口の近くの木に住む護法神が、彼に言った：

あなた様に敬礼します――至上の聖なる者、

あなた様に敬礼します――人の中の至上の者。

あなた様の汚染はすでに滅尽した、

あなた様は応供者（＝供養に値する者、阿羅漢）です。

　随喜の言葉を述べた後、樹神は言った：

「尊者、あなた様のような聖者に食物を供養した後、あの老婦人は、一切の苦から解脱するでしょう。」

長老は立ちあがって、扉を開けて外を見ると、時刻はいまだ相当に早く、故に彼は、袈裟を着て、鉢を持って、托鉢のために村に入った。すでに、美味なる食事を準備してあった少女は、戸口に座って思った：

「私のお兄さんは、もうすぐ来るわ。」

長老が到着した時、彼女は長老から鉢を受け取り、バターと砂糖をまぶした乳飯を鉢の中に入れ、その後に、鉢を長老の手に返した。

長老は随喜の言葉「あなたが楽しくあるように願っています」と述べ終わると、そこを去って行った。

　少女は立ったまま、彼が立ち去るのを見ていたが、その時、長老の顔は、非常に明るく輝いており、五根は特別に清浄で、顔は柄から離れた、成熟した棕櫚の実のように輝いていた（＋のを見た）。少女の母親が森から帰ってきた時、彼女は訊ねた：

「いとしい娘よ。あなたのお兄さんは来ましたか？」

少女は、すべての事柄を母親に伝えた。当該の大施主は、子の出家生活が、その日に頂点に到達したことを知り、言った：

「いとしい娘よ。あなたのお兄さんは、仏陀の教えを楽しんでいて、何等の不満もない。」

このように、施主に大果報を齎したいと思惟し、托鉢の食を受け取るに相応しい人になるよう思惟する者には、精進覚支が生起する。

導師の偉大さを思惟する

もし、人が、導師（仏陀）の偉大さを思惟する時、以下のように思う：「私の導師は、確実に偉大であり、私の導師が受胎する時、出家する時、開悟する時、初転法輪の時、双神変を顕現した時、３３天から降りてきて、命を懸けて行を行い、大般涅槃された時、一万個の世界は、すべて、震動した。このような偉大な導師の教えの下で出家しているのに、私は怠惰であっていいのだろうか？」と。この時、精進覚支は生起する。

遺産の殊勝を思惟する

もし、人が遺産の殊勝を思惟する時、以下のように思う：

「仏陀が残された信、戒、慙、愧、多聞（究極法とその因を理解、了解する）、捨離と智慧という、この七つの聖なる宝蔵の遺産は、正に殊勝である。怠惰な人はそれを獲得することはできない。ちょうど悪い息子が父母から縁を切られて『これは私たちの息子ではない』と言われ、彼（悪い息子）は、何等の遺産も得ることができないのと同じように、怠惰な人は、聖なる宝蔵の遺産を受け取ることはできない。ただ、精進する人のみが、それらを獲得することができる。」この時、精進覚支は生起する。

8-6-4-3　喜覚支を生起させることのできる 11 種類の方法

１，仏随念；

２，法随念；

３，僧随念；

４，戒随念；

５，捨離随念；

６，天随念；

７，寂止随念；

８，粗野な人から遠離する；

９，教養ある人に親しむ；

１０，信心（＝法への確信）を激発する事のできる経文を省察・思考する；

１１，喜覚支を育成すると決意する。

仏陀の特徴を随念することを通して、近行定を得る時、全身を遍満する喜覚支は生起する；法と僧の特徴を随念することを通して、喜覚支は生起する；四遍清浄を完璧に守

って、一定の長い期間を経た比丘は、己の戒を省察する時、喜覚支は生起する；在俗居士は、己が保つ５戒、８戒または１０戒を省察する。

捨離随念を通して、たとえば、自分自身お腹がすいている時に、美味しい食べ物を、梵行の友人に布施したことなどを省察する時、喜覚支は生起する。自分自身には、衆生が天神になることを可能にさせる信、戒、善行、究極法とその因に関する聖典への博学、捨、智慧などの品徳を擁することを省察する時、喜覚支は生起する。

もし人が、以下のように寂止を省察する時、喜覚支は生起する：

「高等なる成就によって、鎮伏した煩悩は、60　年の間、または　70　年の間、生起することはない。」

粗野な人間から遠く離れる人には、喜覚支が生じる。粗野な人間とは、（＋心が）腐敗しており、粗野で、仏塔、菩提樹と、諸々の長老を敬わない人である。というのも、彼らは、仏陀などにたいして、信心も敬愛心もなく、まるでラバの背中についた泥の様である。仏陀などに対する信心を（+心に）充満させ、内心が柔和で、他人を大切にする心を充満させている人は、同じく喜覚支は生起する。信心を激発することのできる経文、すなわち、三宝の特質を顕示する事の出来る経文を省察することも、喜覚支を生起させることができる。行、住（＝立ち止まる事）、座、臥の一切の姿勢と動作において、心をして、喜覚支を励起することができる人において、喜覚支は生起する。上記の如くに、これらの方法を用いて、これらの法を励起せしめ、彼は択法、精進と喜という、この三種類の覚支を育成する。以上が、人が、精進するべき時に、どのようにして、心をして精進せしめるのか、という（＋説明である）。

8-6-5　心がコントロールされるべき時にコントロールされる

人は、どのようにして、その心がコントロールされるべき時にコントロールされるか？　心が、あまりにも強すぎる恐怖心と喜悦で動揺する時、彼は択法、精進と喜という、この三種類の覚支を強化してはならず、彼は軽安、定と捨という、この三覚支を強化しなければならない。

世尊は言う：

「比丘たちよ。心が動揺している時、その時は、軽安、定と捨を強化する時である。

なぜにか？　比丘たちよ。心が動揺する時、これらの覚支は、心を平静にすることができるが故に。

比丘たちよ。もし、人が、大きな焚き火を消したいと思ったとき、湿った草、湿った牛糞、湿った木材を火に投げ入れ、水を掛け、その上に砂をかけるならば、彼は火を消すことができるだろうか？」

「はい、尊者」

「同様に、比丘たちよ。心が動揺する時、その時は、軽安、定と捨を強化する時である。

なぜにか？

比丘たちよ。心が動揺する時、これらの覚支は、心を平静にすることができるが故に。

そして、比丘たちよ。すべての時において、念はつねに有益であると、私は言うのである。」（《相応部》）

ここにおいて、上に述べた軽安、定と捨という、この三種類の覚支を育成するに有益な数々の方法に関して、それらはそれぞれの覚支の栄養（または因）であることを、理解しなければならない。

仏陀は言う：

「比丘たちよ。

何が、未だ生起していない軽安覚支が生起する栄養であるか、またはすでに生起した軽安覚支を成長させ、増長させ、強化し、円満にさせる栄養であるか？

比丘たちよ。

身（＝心所）の軽安と、心の軽安がある。如理作意、それらは、未だ生起しない軽安覚支を生起させる栄養であり、またはすでに生起した軽安覚支を成長させ、増長させ、強化し、円満にさせる栄養である。

次に、比丘たちよ。

何が、未だ生起していない定覚支が生起する栄養であるか、またはすでに生起した定覚支を成長させ、増長させ、強化し、円満にさせる栄養であるか？

比丘たちよ。平静の相と不混乱の相がある。如理作意、それらは、未だ生起しない定覚支を生起させる栄養であり、またはすでに生起した定覚支を成長させ、増長させ、強化し、円満にさせる栄養である。

次に、比丘たちよ。

何が、未だ生起していない捨覚支が生起する栄養であるか、またはすでに生起した捨覚支を成長させ、増長させ、強化し、円満にさせる栄養であるか？

比丘たちよ。

捨覚支となる基本的な法がある。如理作意、それらは、未だ生起しない捨覚支を生起させる栄養であり、またはすでに生起した捨覚支を成長させ、増長させ、強化し、円満にさせる栄養である。」（《相応部》）

ここにおいて、この三種類の状況において、如理作意するということは、観察を通して、また彼の心中に生起した軽安、定と捨を重複（＋して体験）する方式であり、そのことによって、それらの作意を、激発せんとするのである。安寧と静けさ自体は、すなわち平静の相であり；不混乱の相はすなわち、不散乱を意味する。

8-6-5-1　軽安を生起させることのできる７種類の方法

これ以外に、軽安を生起させることのできる７種類の方法がある。

１、良い食べ物。

２、心地よい気候の場所に住む。

３、リラックスした姿勢を保つ。

４、中道を保つ。または、多すぎず、少なすぎない精進。

５、残虐な人、または怒りっぽい人と親しまない。

６、身体動作が落ち着いている、静かな人と親しむ。

７、軽安覚支を育成すると決意する。

軽安覚支は（下記のような人間に）生起する：

（一）有益でかつ、適切な食べ物を食する人。

（二）心地よい気候を善用する人。

（三）四種類の姿勢の中から、最適なものを選ぶ（ただし、菩薩のように、一切の気候と姿勢を耐え忍ぶ偉人を言うのではなく、ある種の人々にとって、ある種の気候と姿勢が、悪い効果を齎す時：よくない気候と姿勢を避けて、彼にとって適合する気候と姿勢を選択するとき、軽安は生起する。）

（四）「中道を保つ」とは、己自身の業は、己の財産であり、他人の業は他人の財産であるという事に、思いを巡らす事。中道を保つことを通して、軽安は生起する。

（五）石や棒切れを持って、各地の人々に攻撃をかける暴徒から、遠く離れる事によって、軽安は生起する。

（六）手足、身体の方面において、自制があり、安らかで静かな人と親しめば、軽安は生起する。

（七）行（歩く）、住（立ち止まる）、座、臥（横になる）などの、一切の姿勢と動作の中において、心をして、軽安覚支を育成せしめようとする人には、軽安覚支が生起する。

8-6-5-2　定覚支を生起させる事の出来る 11 種類の方法

定覚支を生起させる事の出来る 11 種類の方法は、以下の通り：

１、依所（＝住まい）を清潔にする。

２、五根をバランスする。

３、取相（すなわち、禅の修行の目標）を善くする。

４、心をして、コントロールするべき時に、コントロールする。

５、心をして、策励するべきときに策励させる。

６、信（＝確信）と恐怖感を通して、心をして、喜悦させ、また心を策励させる。

７、必要な場面では、干渉しないで、心を傍観する。

８、心が散乱している人と、遠く離れる。

９、心が専一で散乱していない人と親しむ。

１０、ジャーナと解脱について、思いを巡らす。

１１、定覚支を育成すると、決意する。

ここにおいて、（一）と（二）のこの二項目は、以前に説明した解釈によって、理解する。

（三）は、安般念禅相または遍相か、または何かの禅の目標を獲得することに優れている事。

（四）は、精進など等が過剰すぎるが為に、動揺している心を、軽安、定及び捨覚支を策励させることによって、コントロールする事。

（五）は、過剰な懈怠などなどによって、軟弱になった心を、択法、精進及び喜覚支を通して策励させる事。

（六）智慧の力が弱いか、または安寧の楽を証得することができないために、不満を感じる時、彼は恐怖感に関する八つの原因を思惟する事を通して、それを策励する。すなわち、生・老・病・死、四悪道の苦、過去に輪廻した苦、未来において輪廻する苦、今世において、食を求める苦を思惟する。また、三宝を随念することによって、心において、信心を充満させる。

（七）心がすでに正しい行道（進むべき道）に進んでいて、不軟弱、不動揺、不沮喪であり、かつ、禅の修行が順調に進んでいて、軽安の道に進入している時、当該の心に対して、彼は策励も、抑制もすることなく、また心をして、喜悦させることもない。

それはちょうど、馬車の御者が、順調に前に向かって走っている馬に対して、傍観し、干渉しないのと同じである。

（八）近行定または安止定に到達しておらず、かつ、心が散乱している人に近づかない、事を意味する。

（九）すでに近行定または安止定に到達した人と親しむ事。

（十）初禅またはその他のジャーナを思惟する。これらのジャーナ自体は、解脱である。

というのも、それらは、それらと対抗する法から解脱しているから。

以下のように思惟する：

「これは禅の修行である、このようにジャーナに入る、ジャーナに入る時間、定から出る時間を決意し、これはそれの不浄である、これはそれの清浄である（＋と知る）。」

（十一）行（＝歩く）住（＝立ち止まる）、座、臥（＝横になる）などの一切の姿勢と動作のうちにおいて、心をして定覚支の育成に向かわせる。

8-6-5-3　捨覚支を生起させる事の出来る五種類の方法

捨覚支を生起させる事の出来る、五種類の方法がある：

１、衆生に対して執着しない態度：

２、物に対して執着しない態度：

３、衆生と物に対して偏愛する人（または独占欲の強い人）から遠く離れる事：

４、衆生に対して平等で、衆生や物に執着しない人と親しむ：

５、捨覚支を育成すると決意する。

（一）ここにおいて、彼は、二種類の方法を通して、「衆生に対して執着しない態度」を策励する：

（甲）以下のような（＋考えを）通して、衆生は、彼ら自身の業の所有者であると思惟する：「私は過去世において造りし業によって生じた。そしてその上、私自身の業によって、この地を離れ、次の世へと生まれ変わる。他人もまた、己の業によって来たりて、去る。そのようであれば、私は一体誰に執着しているのだろうか？」。

（乙）以下のような（＋考えを）通して、衆生には自我（＝確固たる自己、実体ある自己）がない事を思惟する：

「究極的には、刹那に生・滅する名・色法があるだけで、衆生というのは存在しない。それなのに、私は一体、誰に執着するというのだろうか？」

（二）彼は以下のような、二種類の方法を通して、「物に執着しない態度」を策励する：

（甲）このような（＋考えを）通して、（＋己を）所有しない者として、思惟する：

「この袈裟は退色する、古くなる、雑巾に変る、最後には、誰かに棒でつまんで捨てられるものになる。もし、それに主人がいるならば、このような悲しい末路になることはない。」

（乙）このような（＋考えを）通して、短い・はかなさを思惟する：

「これは長く存在することができない、ただ短い時間存在するだけである。」

上述の袈裟と同じく、この二種類の思惟方法は、鉢やその他の物に応用することができる。

（三）衆生と物を偏愛する人から遠く離れる：

（甲）衆生に対して偏愛する人とは、己の子女など、俗世の家族を非常に愛惜する人をいう。また、己の弟子、友人、戒師などなどを非常に愛惜する出家者も含む。この種の出家者は、己が愛惜する人に対して、色々なことを実践する。たとえば、剃髪、袈裟の繕い、袈裟の洗濯、袈裟の染色、鉢の乾燥などなど、である。ほんの一時でも自分の愛惜する人を見かけないと、彼らは惑乱した鹿のように、四方八方探し回り、尋ねる：

「某沙弥は、どこにいる？」または

「某比丘はどこにいる？」

もし、誰かが彼に「その人を、私の所へよこしてもらいたい、我々が剃髪するのを手伝って欲しいのだが」と言うと、彼はそれを拒絶し、かつ以下のように言う：

「我々は彼に自分の仕事さえさせないのに、もしあなたが彼を連れて行ったならば、彼を疲れさせることになるではないか。」

（乙）「物を偏愛する人」とは、袈裟、鉢、容器、杖、棒などを非常に愛惜し、他人に少しでも触らせようとしない人を言う。人が彼に何かを貸してほしいと頼むと、彼は以下のように言う：「己自身さえ使うのをもったいないと思っているのに、どうしてあなたに貸すことができようか？」

この、二者に執着しない人を「（＋何事にも）平等に対応し、衆生にも物にも執着しない人」という。衆生と物に偏愛する人から遠く離れる事は、捨覚支を策励させることができる。

（四）捨覚支は、（＋何事にも）平等に対応し、衆生にも物にも執着しない人に親しむ者に生起する。

（五）捨覚支は、行、住、坐、臥の一切の姿勢と動作において常に、心をして捨覚支を育成しようと傾向する人に生起する。

こうしたことから分かるように、これらの方法によって、これらの法を励起せしめることを通して、彼は、軽安、定と捨という、この三種類の覚支を育成する。これが、心がコントロールされるべき時にどのようにしてコントロールするのかという（＋ことの説明である）。次に私は、「10 種類の安止（＋定）に関する、善くて巧みな（＋方法）」に関する、「心は如何にして、策励を受けるべき時に策励を受けるか」などについて述べたい。

8-6-6　心が策励されるべき時に心を策励する

彼は如何にして、心が策励されるべき時に、心を策励するのか？　心が、智慧の力が弱いために、または安寧の楽を証得することが出来ないがために、倦怠を感じる時、彼は恐怖心を策励できる、八つの原因を思惟する事を通して、心を策励するが、それはすなわち、生・老・病・死、四悪道の苦、過去の輪廻の苦、未来の輪廻の苦、今世において食べ物を探し求める苦を思惟する事である。彼はまた、三宝の長所を随念する事を通して、信心を策励することもできる。これが、彼が如何にして、心が策励されるべき時に、心を策励するのかに関する説明である。

8-6-7　平捨の心で心を観ずるべき時に平捨の心で心を観ずる

彼は、如何にして、平捨の心で心を観ずるべき時に平捨の心で心を観ずるのか？

修習の最中、彼の心が平静な道に進入するならば、禅の修行は順調であると言える。

たとえば、順調に、出入息または安般念似相に専注する時、その心は不軟弱、不動揺、不倦怠であり、彼は当該の心に対して、ちょうど順調に前に向かって走っている馬に対して、御者が傍観して干渉しないのと同じく、策励もしないし、抑制または激励もしない。これが、彼が如何にして平捨の心で心を観ずるべき時に平捨の心で心を観ずるのか？（＋という説明である）。

8-6-8　定の無い人から遠く離れる

「定の無い人から遠く離れる」は、出離の道を歩もうとしたことのない、多くの事に忙しく、心が散乱している人から、遠く離れる事を意味する。

8-6-9　定のある人に親しむ

「定のある人に親しむ」は、常に出離の道を歩み、すでに定を得ている人を言う。

（訳者注：平捨は中捨とも。静かな心で平等的、中立的である心境の事）

8-6-10　定育成の決意

「定育成の決意」とは、定の境地を育成すると決意することである。その意味内容とは：定を重視し、定に傾向する事である。

（＋座禅・瞑想における）一回毎の姿勢の内に、禅相に専注する、ということはすなわち、一種の意志力である。あなたにこのような意志の力があり、意志の力を擁するあなたが、禅の修行をするならば、あなたは成功することができる。もし、あなたが不断に継続して修行するならば、久しからずして、あなたの心は、完全に禅相の中に沈み込むことができる。これが安止（＋定）で、またはジャーナとも言う。最初の何度かの安止（＋定）は、長らく持続することができないとしても、あなたそれを放棄してはならない。あなたは不断に修行しなければならない。もしも、あなたが強くて力のある正知と正念でもって修行に精進するならば、あなたの禅相に専注する定力は、非常に早くに、一定の時間持続できるようになるものである。これが、10 種類の、如何にして、安止（＋定）を育成するのかという、善くて巧みな（＋方法であり）、また如何にして五根と七覚支をバランスするのか（＋という説明である）。

8-7　定に住することを重視すべき

　では、引き続き、安般念についての解説を続ける。

あなたが、安般念似相の初禅に専注することに到達し始めた時、あなたは常に入定し、不断に、定に住する時間を延ばすようにするべきであって、その禅支を省察してはならない。というのも、常に禅支の省察をすると、初禅の禅支は成熟することがなく、かつ軟弱なままになり、そのため、それらは更に高度な成就に繋がる因・縁になることができず、あなたの定力もまた、減退してしまう。あなたが、いまだしっかりと初禅を掌握していない状況のまま、よく熟知していない高レベルのジャーナの修習に打ち込むと、あなたは初禅を失うだけでなく、第二禅に到達することもできない。

故に、世尊は言う：

「比丘たちよ。

たとえば、一頭の愚鈍な牝の野生牛が、行先への知識がなく、危険な崖のある山の中を歩く事にも慣れていないとする。彼女は想う：『私がこれまで行ったことのない方角へ行き、これまで食べたことのない草を食べ、これまで飲んだことのない水を飲んだらどうだろうか？』と。前足がいまだ、きちんと地面についていない前に、彼女は後ろ脚を上げた。この時、彼女は、彼女がこれまで行ったことのない方角へ行くこともできず、これまで食べたことのない草を食べる事もできず、これまで飲んだことのない水を飲むこともできないし、彼女が以前『私がこれまで行ったことのない方角へ行き、これまで食べたことのない草を食べ、これまで飲んだことのない水を飲んだらどうだろうか？』と考えていた元の場所にも戻れない。

どうしてか？　というのも、その牝牛は、愚鈍であり、行先への知識がなく、また、多くの崖のある山道を歩く事にも慣れていないのだから。

同様に、比丘たちよ。

ここにおいて、ある愚鈍な比丘が、行き先への知識がなく、また、欲楽からの完全な遠離、不善なる法からの完全なる遠離がないまま、尋、伺、喜、楽及び静寂で楽の生じる初禅に入り、安住する。彼は、当該の相（ここでいうのは、安般念の似相である。本書の初めに解説済み）を、重複し（＋て体験し）ないし、それを進展・強化も育成もしようしないし、正確に確立させようともしない。

彼は思う：『尋と伺を取り除いた後、私は尋と伺がない、心の内に確信のある、心の専一した、喜および静寂によって生まれる楽（＋である）第二禅に入り、安住したならば、どうであろうか？』

彼は、尋と伺を取り除く事ができず、尋と伺の無い、心の内に確信のある、心の専一した、喜および静寂によって生まれる楽（＋である）第二禅に進み、安住することができない。

その時、彼は思う：『欲楽から完全に遠離し、不善なる法からの完全に遠離し、尋、伺、喜、楽及び静寂で楽の生じる初禅に入り、安住しよう！』

彼は、完全に欲楽から遠離することはできず、完全に不善なる法からの遠離することはできず、尋、伺、喜、楽及び静寂で楽の生じる初禅に入り、安住することはできない。

この比丘は、この二者の間で滑落し、落下した人、と言われる。

それはちょうど、愚鈍な牝の野生牛が行先の知識なく、また、多くの崖のある山を歩く方法を知らないのと同じである・・・」（≪増支部≫）

こうしたことから、あなたは先に、初禅に関する、すべての五自在を掌握しなければならない。故に、あなたには、初禅に安住する時間が不断に増加するよう、（＋努力）していただきたいのである。

8-8　初禅

あなたがこのようにして、ジャーナに到達したならば、あなたの心は、まったく中断することなく、安般念似相を覚知することができる。この状態は、何時間も、または一晩も、一日中でも持続することができる。

どのようなジャーナであっても、二つの方面からの育成によって、証悟することができる：一つは、その不善法を取り除く事で、もう一つはその法の構成を、獲得することである。前者を「捨離支」といい、後者を「具備支」という。初禅でいえば、「捨離支」は五蓋であり、「具備支」は五禅支である。

この二者は、初禅の標準的な形容法として、言及される：

「完全に欲楽から遠離し、完全に不善法から遠離し、比丘は、尋・伺・喜と寂静生楽の初禅に安住する。」

この標準的な形容法の最初の段落、「完全に欲楽から遠離し、完全に不善法から遠離し」という部分は、五蓋を取り除く事を指している。当該のジャーナに含まれる法の第二の部分は、「具備支」の説明である。

8-8-1　五蓋の除去

五蓋とは、欲欲、瞋恚と恨み、昏沈と眠気、掉挙と後悔、疑い（＋の五つ）である。

この一セットには、特別に、注意を払わねばならない。というのも、これらは、仏陀が、禅の修行における、障礙の主要なものとして、分類していたものであるから。

このグループの中に含まれる煩悩は、初禅を阻害し、人々が期待する所の、解脱の獲得と開悟の進捗を阻害するものである。それらが「蓋」と呼ばれるのは、それらが、心を阻害し、心を覆い尽くして、止禅と観禅という、二種類の、禅の修行における向上を、妨害するからである。故に仏陀は、五蓋を「心の障礙、蓋、汚染、慧を削いで弱くするもの」（≪相応部≫）と述べた。

また、仏陀は：

「比丘たちよ。この五蓋は、（＋人を）盲目にし、失明させ、無知に陥らせ、慧と対抗し、煩悩と共にあり、（＋それゆえ五蓋があると）涅槃から離れるような事態になる。」と言った。（≪相応部≫）

その他の不善法もあるにはあるが、≪分別論≫の中では、五蓋が紹介されていて、それは、それらと禅支が対抗して、相応しないからである。というのも、五蓋と五禅支とは、相反しており、その意味は、五禅支はそれらと相応しない、五禅支はそれらを除去するし、それらを滅しさるから、という事である。

定と欲欲は相応しない；

喜と瞋恚怨恨は相応しない；

尋と昏沈・睡眠は相応しない；

楽と掉挙・後悔は相応しない；

伺と疑は相応しない。

8-8-2　五禅支の検査

あなたの安止定は、必ず、深くてかつ安定していて、少なくとも一時間、二時間、三時間等、長ければ長いほど益々よいが、それくらい長時間、持続できていなければならない。私はあなたに、三時間、定の中に住することが出来る様になるまで、努力することを勧める。もし、一回ごとの座禅・瞑想において、安止定の中に一時間、二時間、または三時間以上住していられ、かつ、このような状態を三日持続できるのであれば、あなたは禅支の検査を開始することができる。禅支の検査を開始する前、必ず、先に、深くて強い安止定の中に、一時間以上入ることができていなければならない。

出定した後、心臓の下方の部分に注意を向けて、そこにおいて生起している有分心を観察する。検査を開始する時、多くの禅の修行者は、有分心と禅相の区別ができない。

彼らは、心臓の中に、今、鼻孔の出口に出現していたのと同じ禅相を見つけると、彼らはそれが有分心だと思ってしまう。実際には、それは有分心ではない。有分心は心臓の中の鏡のような様子をしている。

≪増支部≫（Aṅguttara　Nikāya）の≪弾指の項章≫（accharāsaṅghāṭa　chapter）の中で、仏陀は述べている：

”Pabhasaramidam　bhikkhave　cittam”――「比丘たちよ。有分心は明るいものである。」

有分心は明るい光を生じさせる事ができるものの、しかし、有分心自体は心であり、光ではない。有分心は、多くの心生色聚を生む事ができるが、これらの色聚の中の色彩は、明るい。これらの心生色聚の火界は、多くの時節生色聚を生じる事ができ、それらの中にある色彩もまた、明るく輝いている。光明の源は、これら心生色聚と時節生色聚の中の色彩から来ている。光明の強度は、有分心に相応する智慧の強度によって決定される；智慧が強い時、光明は増々光る。故に、もし、有分心が観智の業力によって生ずるならば、その智慧が非常に強いという事によって、その光明もまた、非常に強く明るく光る。こうした事から、有分心は有分心、光明は光明であって、それは二つの事柄なのである（＋ことが分かる）。有分心の発生は、一面の鏡のような清らかな光明で、また、上述したような火界であるため、隠喩的に有分と言われる。「有分心が明るいというのは隠喩である。というのも、心には色彩がないが故に。」（≪殊勝義註≫）（5-82 につづく）

有分心を検査する時、毎回、ただ何秒か検査する事ができるだけである。もし、検査の時間が、１、２分という長さに達すると、あなたは心臓に痛みを感じるに違いないし、定力も減退する。故に、一回ごとの検査においては、有分心が検出できても、できなくても、何秒かの後には、再び鼻孔の出口にある安般似相を専注するために、戻ってこなければならない。その時、強くて力のある安止が生じるまで、専注する必要があり、安般似相もまた非常に明るくある必要があり、そうである時、その後に再び有分心を検査することができる。このように何回か行き来して検査をした後、あなたは有分心を検出する事ができるかもしれない。しかし、その後には、また再び安般似相に専注する為に戻ってこなければならない。

強くて力のある安止が生起するまで専注してその結果、似相が非常に明るく輝くとき、再度、有分心に注意を払う。その時、あなたは安般似相が、有分心の中に出現するのを、見ることができる。ちょうど、鏡の中において、あなたの姿を映し出すことができるのと同じように。有分心の明鏡の中においては、安般似相が顕現することが出来る。

その時、あなたは五禅支、すなわち、尋・伺・喜・楽・一境性を検査することができる。

尋（vitakka）：

尋の特徴は、心をして、目標に投げ入れるか、または、向かわせる事。たとえば、安般似相などに；

作用は、全面的に、目標に中る事。

故に、禅の修行者は、それに頼り、尋によって、目標に中る、という；顕現する現象は、心をして、目標に向かわせる、たとえば、安般似相など。

伺（vicāra）：

伺は、維持を意味する。その特徴は、持続的に目標を押す、また心をして目標の上に維持せしめる、たとえば、安般似相等；

作用は重複して、相応する名法を目標の上に置く；

顕現する現象は、それらを目標に釘付けにする事。

この二者は、場合によっては、分離できないものであるが、尋は、心の第一次的接触である。というのも、それは粗く、また始めたばかりなので、まるで鐘を叩いているかのようである。伺は、持続的に圧することを通して、心をして、目標に釘付けにすることであり、それは、鐘が鳴っているようなものである。　尋は、介入である。最初に心念が生起する時、心に介入し、それはちょうど、翼を震わせて、高みの天空に飛び立とうとしている鳥のようであるし、また、花の香りを感じて、蓮の花に向かう蜜蜂のようでもある。伺の行為はすなわち安寧で、心に干渉しないで、翼を広げて天空に飛ぶ鳥のようであり、また、蓮の花に向かった後、花びらの上方で、ブンブンと羽を鳴らす蜜蜂のようである。

≪増支部・二集≫の註釈に言う：

「尋が生起するのは、心を目標の法に向かわせるためであり、それはまるで、一羽の大鳥が飛び立つために翼を広げて、下方に向かって、空気を叩く動作をするのと、同じである。というのも、それは合一して、安止にまで、導くからである。伺の自性は、持続的に圧することで、それはちょうど、当該の鳥が翼を用いて、天空を滑空するのを維持するためにする動作のようである。というのも、それは目標を持続的に圧するが故に。」

これは、伺が釘付けにする現象に、合致する。この種の区別は、ジャーナ五分法の中の、初禅と第二禅の間において、非常に明確である。

次に、一つの手で、汚れた金属の盤を持ち、もう一つの手で粉・油とウールの布きれを持って、当該の盤を磨くとき、尋は盤を掴んでいる手、伺は盤を磨く手に相当する。同様に、左官が棒を用いて輪を回してお皿を造るとき、支える手は尋、動かしている手は、伺に相当する。同様に、円を描くとき、中心点に固定した針は、心を目標に向かわせる尋であり、円を描いて回る針は、持続的に目標を圧する所の伺である、ということになる。

このように、ジャーナと尋と伺は、相応しながら生起し、これを尋有り、伺有り、という。それはちょうど樹木に花有り、果実有りというようなものである。しかしながら≪分別論≫においては、この教法を終始「彼は擁している、完全にこの尋とこの伺を擁している」と形容している。その含意は同じであることを、理解しなければならない。

喜（pīti）：

それは心をして清く爽やかにさせる。そうであるが故に、それは喜である。その特徴は、目標を親しいものに変える事；

作用は、心と身において爽やかですがすがしい感じを齎すか、または喜が遍満、充満する；

今ここに起こる現象は、喜悦である。

喜には五種ある：小喜、刹那喜、継続生起喜、勇躍喜、遍満喜である。

１、小喜（khuddikā-pīti）：身体の毛が（＋喜びで）逆立つ。

２、刹那喜（khaṇikā-pīti）：異なる時間に生起した稲妻のようである。

３、継続生起喜（okkanikā-pīti）：波が海岸に打ち寄せる様に、全身において、何度も遍満する。

４、勇躍喜（ubbegā-pīti）：非常に強い喜で、身体を持ち上げることができる。身体は空中に浮く。

５、遍満喜(pharaṇā-pīti）：この種の喜が生起する時は、全身が遍満されて、（＋尿で一杯になった）膀胱のようでもあり、また、洪水で水で一杯になった洞窟のようである。

この五種類の喜が生じて、かつ熟する時、二種類の軽安が円満成就するが、それはすなわち、身軽安と心軽安である。軽安が生じて、かつ熟する時、それは二種類の楽を円満するが、それはすなわち、身楽と心楽である。楽が生じて、かつ熟する時、それは三種類の定を円満するが、それはすなわち、刹那定（khaṇika-samādhi）、近行定（upacāra-samādhi）と安止定（appanā-samādhi）である。これらの喜の中で、ここ

で言うのは遍満喜のことであり、それは安止の根基であり、安止と相応して、増長・強化を獲得する。

楽（sukha）：

楽の特徴は、満足である；

作用は、相応する法を増長・強化する事；

現象は、協力である。

ここにおいては、それは、安般似相の楽受を体験する事を言う。喜と楽が相応する時、喜は、己が必要としている対象を獲得して、満足を感じ、楽は、獲得した対象を、真正に感受する。喜があれば必ず、楽がある。しかし、楽は必ずしも、喜が伴うとは限らない。喜は行蘊に属し、楽は受蘊に属する。ちょうど疲れた砂漠の旅人が、森の側に湖を見つけた時、またはそれを聞いた時、彼は喜を感じる；旅人が、涼しい森の中において、水を飲む時、彼は快楽（＝楽しさ、嬉しさ）を感じる。このように説明するのは、それらが、この種の状況において、（＝それぞれの違いが）非常に明確であるからである。

一境性（ekaggatā）：

心と目標（たとえば、安般似相）が結合すると一境性になる。また、定とも言う。

それは、心をして、穏やかに目標（安般念似相）の上に置かしめるか、または、心をして、正確に目標の上に置かしめるか、または、心をして専一にせしめる。故に定である。

その相は、不動揺または不散乱；

作用は相応の法の統一。それはちょうど、水が粉石けんを纏めるが如くである；

現象は、平静；

通常、その近因は、楽である。

それを、心の安定であると見做す時、無風の下での、灯火の安定に例える事ができる。

　合計で、尋・伺・喜・楽・一境性の五つの禅支がある。初めて五禅支を検査する時、尋から始め、毎回、一回ごとに、一つの禅支を検査する。順序良く、五禅支を検査できるようになったならば、同時に五つの禅支を検査する事に、チャンレンジしてよい。

成功したならば、次には五自在を練習する。

8-8-3　五自在

第一：どのような時にでも、入定したいと思った時に、迅速に、入定できるように、訓練しなければならない。

第二：出定すると予定していた時間に、自在に出定できるよう、訓練する。

第三：どれほどの時間、定に住するかを決めたならば、その時間内は、定に住することができるように訓練する。たとえば、一時間、二時間、三時間等。

第四と第五は、同一のステップに属し、それは禅支を点検したいと思った時に、それらを、明確に点検することが出来る事である。

唯一の違いは、意門引転心で、禅支を検査するのを、引転自在といい；同一の心路過程の速行心で、禅支を点検するのを、審査自在という。五自在を修し終えたならば、あなたは、段階を追って、第二禅、第三禅と第四禅を修行することができる。

初禅の時、呼吸は非常に微細に変化する；

第二禅の時には、呼吸は更に微細になり；

第三禅では更に更に微細になり；

第四禅では呼吸は、完全に停止する。

8-8-4　呼吸がますます微細になる

8-8-4-1　長部誦者と相応部誦者の見解

禅の修習における目標の知覚に関して、初禅近行定の中の、比較的微細な出入息と比較してみると、[始まったばかりの時の]出入息は；初禅の出入息と比べると、初禅近行定の出入息は粗い；第二禅の比較的微細な出入息と比べると、初禅と第二禅の近行定の出入息は粗い；第三禅の出入息は微細で、第二禅と第三禅近行定の出入息は粗い；

第四禅の極めて微細で完全に停止する出入息と比較すると、第三禅と第四禅近行定の出入息は粗い。これは長部誦者の見解である。

8-8-4-2　中部誦者の見解

そして、中部誦者は、一つ一つの近行定の（出入息）は、その前のジャーナの（出入息）より更に微細で、それは以下の通りとなる、という：第二禅近行定の、微細な出入息と比較して、初禅の出入息は粗い、など等。しかしながら、これらは双方同様の見解である：いまだ自覚されていない身行（すなわち、出入息）は、覚知されると、安らかで静かになる；覚知された時の身行は、初禅近行定において、更に安らかに静かにな

る・・・第四禅近行定の身行は、第四禅において、安らかに静かになる。これは止禅に関する説明である。

8-8-4-3　観禅修行時の呼吸

しかしながら、観禅においては、いまだ究極法を観ずる前の身行（＝息）は、粗く、四界を観察している時の身行は、比較的微細である。所造色（＝造られた色、物質）を観じている時の、身行と比較すると、これも粗いと言える；一切の微細色を観察している時の、身行と比較すると、これも粗い；微細な究極名色法、及びそれらの因と縁を、観照している時の、身行と比較すると、これも粗い；堅実・堅固に観智する時の、微細な身行と比較すると、微細な観智の時の身行は、粗い。なぜか？　禅の修行において、（＋修行の内容が）段階を追って向上する時、それらは、ますます微細になるからである。

ここにおいて「安らいで静か」とは、後と前で比較している、相対性を擁する、安らかさと静けさである、と理解するべきである。粗さと微細さに関する法と、次第に向上する安らかさと静けさについては、このように、理解するべきである。（《清浄道論》）

8-8-4-4　≪無礙解道≫の解釈

≪無礙解道≫にも、この事に関する説明がある：

彼は如何にして「私は（息の）身行（＝息の全体）を静めて息を吸うべきか？私は（息の）身行を静めて息を吐くべきか？」吐く息が長い・・・吸う息が長い、カーヤ（＝直訳は身、ここでは息の事）に属する息全体を体験する：これらとカーヤとが相関する法は、息の身行である。彼は、それらの息の身行の平静、停止、静止などなどを修習する。

彼は身体をして、完全に静止せしめて、不動を保持し、息が徐々に、更に微細に、更に柔軟になるようにする。息が静かになる事によって、それは更に微細になり、最後には、観察することができなくなる。

この時、どうするのか？　註釈では、鐘の比喩を出している：鐘を鳴らすと、その始まりの音は、粗くて顕著で、心はそれにしたがって生起する。というのも、粗くて顕著な音の相は、すでに認識され、すでに注目され、すでに察知されたが故に。粗くて顕著な音が止まると、次に続くのは微弱な音であり、心もまたそれに従って生起する。というのも、微弱な音の相は、すでに認識され、すでに注目され、すでに察知されたが故に。微弱な音が音が止ると、心もまた、それに従って生起する。というのも、それは微弱な音の相を目標として取るが故に。

同様に、始めたばかりの時の、出入息は粗くて顕著であり、心は散乱しない。というのも、粗くて顕著な出入息の相は、すでに認識され、すでに注目され、すでに察知されたが故に。粗くて顕著な出入息が、柔軟で微弱なものになる時、生起するのは、柔軟で微弱な出入息であり、心は散乱しない。というのも、微弱な出入息の相は、すでに認識され、すでに注目され、すでに察知されたが故に。微弱な出入息が停止する時、心は散乱することがない。というのも、それは、微弱な出入息の相を目標に取るが故に。

8-8-4-5　出入息と禅相

私はすでに、安般禅相に関する解説をした。長いか、または短い息の全体に専注して、定力が向上する時、あなたの息は、禅相に変る。

Assāsapassāse nissāya uppannanimittampettha assāsapassāsa samaññameva vuttaṁ――元の出入息に依って出現した禅相もまた、出入息と呼ぶ。

故に、あなたは「禅相」もまた、「出入息」と呼ぶ事を、覚えておかねばならない。

禅相が出現して、かつ、安定したならば、あなたの心は、自動的に禅相に、しっかりと密着する。その時、いまだ微細な息が残ってはいるものの、しかし、この時、あなたは禅相に、専注しなければならない。

初禅の時、息は非常に微細になる；

二禅では、更に微細になり；

三禅では、それより更に微細になり；

四禅では、それは完全に停止する。

完全に停止したとはいえ、しかし、禅相は存在する。すなわち、それが安般似相である。

四種類の禅相は、安般似相を目標として生起する。そうであるが故に、安般念を通して、定力を育成する事ができる、という訳である。次に、私は、初禅における「五支（＝五蓋）の捨離」「五支の具備」「三方面の善」について、逐一説明する。

8-8-5　五支の捨離

五支を捨離するというのは、すなわち、五蓋：欲欲、怒りと怨恨、昏沈と睡眠、掉挙と後悔、疑い、を捨離することである。それらが、いまだ捨離できていないならば、ジャーナが生起することはない。その他の不善法もまた、ジャーナの刹那には捨離されるが、しかし、上記のそれらだけが捨離支と呼ばれる。というのも、それらは、ジャーナを証悟しようとする時に、特に障礙となるからである。欲欲の影響を受けて、心が色々

な目標を渇求するとき、目標に専注することはない。ある種の目標が、怒りと怨恨によって干渉される時、それ（＝禅相）は、継続して不断に生起することが、できなくなる。

心が昏沈と睡眠によって撃敗する時、それは軟弱で、無力になる。心が掉挙と後悔に纏わりつかれるとき、心は動揺して安定しない。心が疑いまたは不確定（＝はっきりしない様）によって困惑する時、正確な方法でジャーナを成就することが出来ない。故に、この五つの項目は、捨離支と呼ぶ。というのも、それらは、特別、ジャーナの障礙になるからである。

8-8-6　五支の具備

「尋」は、心を目標に向かわせる事である。「伺」は、心を目標に保持し、釘づけにする事である。精進が成就する事によって生じるのは「喜」で、それは心を清々しくする。心の精進とは、すなわち、諸々の蓋によって散乱させられることがなくなって、成就を獲得した事を言う。「楽」もまた、同様の原因であるが、それが強化されたものを言う。この、向かわせる、釘付けにする、清々しさと増強した力による協力の下に生じた「一境性」は、心及び、それに相応する名法を安定的に、正確に、目標の上に置く。たとえば、安般似相である。故に、初禅の五支の具備とは、尋・伺・喜・楽・一境性という、この五支の生起を言う事を、理解するべきである。

この五支が、すでに生起している時に初めて、ジャーナが生起した、と言える。

これが、どうして、それらが五具備支と呼ばれるのかという理由である。このことから、ジャーナはそれらを擁するかもしれないと仮定する事は出来ないことが分かる。それはちょうど「四支の軍隊がある」「五支の音楽がある」「八支の道がある」という時、純粋に「支」という言葉でそれらを表現しているが、同様に、それは「五支を具備している」という時、これもまた純粋に、「支」という言葉で表現するのである。この事はすなわち、五禅支の一つづつ、それぞれは禅支と言い、全体を合わせて初めてジャーナと言うという事を意味している。

実際は、五支は、近行定の刹那にも存在しているが、また、普通の心にあるものより強い。ジャーナの段階では、それは更に強く、色界の特徴を獲得している。というのも、この尋が生起する時、非常に明晰に、心を目標に向かわせるし、伺は、非常に強烈に心をして目標につなぎとめるし、喜と楽は全身に遍満する。故に「彼の身体の、どこの部分においても、喜と寂静が遍満して、楽が生じる」（≪長部≫）と言われるのである。

一境性もまた、目標と完全に接触することを原因として、生起する。一境性は、前述の経文の中の諸々の支の中には含まれていないが、たとえ「尋有り、伺有り」の経文であっても、しかし、その後に続く≪分別論≫において、「ジャーナ：それは尋・伺・喜・

楽・一境性である」とうたわれているのである。故に、それもまたそれらの中の、一支なのである。世尊が、これらの事柄を簡単に述べるその意味は、彼がその後に詳細に解説するものと同じなのである。（《清浄道論》）

8-8-6-1　喜と楽

喜（pīti）と楽（sukha）と、それらに相応するジャーナ名法は、同時に生起する。

それが依存するのも又、有分（意門）が依存する所の、心所依処である。しかし、それらは身浄色に依存して生起することはなく、故に、それらは、全身に遍満することはない。しかし、経の中では：

「彼の身体は、いかなる部分においても、喜が遍満し、寂静が楽を生じて、遍満しないという事はない。」という。（≪長部≫）

これは、比喩的な言い方である。この句の、本当の意味とは何か？

喜と楽を含む、五禅支に相応して生起する初禅心は、多くの代の心生色を生じせしめるが、これらの色法は、色聚と呼ばれる、微細な粒子の形態で生起する。ジャーナ心は広大な心である。一つのジャーナ心は、非常に多くの色聚を生じせしめることができる。ジャーナ心が広大心であることから、生じる色聚もまた、優れた色聚であり、全身に遍満する。これらの色聚の触塵、すなわち、地界、火界と風界は、同じく全身に遍満する身浄色に、ぶつかる。身識と相応する楽身受の、その生起する原因は、身浄色、触塵と身識という、この三つの法が結合して生起するのである。ジャーナの喜楽は、ただ単に心所依処に依存して生起し、身浄色には依存しない。触塵が同時に、身門と意門（有分）の二つの門にぶつかる時、禅修行者は、身体と心の楽受を、体験する。

しかしながら、それはただ彼がジャーナから出て来てから、（省察してから後に知る）事である。真正に初禅に安住している人は、楽受に注意を向けないが、しかし、彼はそれでも、名と身体が相応する喜楽を、感じることがあり、また出定の後に、喜楽を感じることもできる。というのも、彼の名と身体は、ジャーナの名と身体に相応する喜楽によって生起した、極めて優れた色に影響されるからである。

これらのジャーナ法は、決して、全身に遍満している訳ではないが、しかし、それらが生じせしめる、極めて優れた色が、全身に遍満して、そのために、禅修行者は：

「私の身体は、どの部分においても、喜の遍満していない所はなく、寂静によって楽の生じていない所は、ない」という。故に、あなたは、喜楽に関するこのような説明の仕方は、一種の比喩なのだ、という事を理解する必要がある。ジャーナによって生じた所の、優れた色が全身に遍満し、そのため、前述した所の、身体の楽受もまた、全身に遍満して、生起する。しかしながら、我々は、これらの「受」の生起は、ジャーナに相応

する喜楽が原因である、という。生じた所の優れた色、これらの優れた色の触塵は、すなわち、身処とぶつかるという事を通して、生身における楽受を、生じせしめるのである。

8-8-7　ジャーナにおける三方面の善及びその 10 の相

三つの方面における善とは：初善、中善と後善である。10 の相とは、初、中、後における相を言う。以下にその経文を紹介する：

「初禅において、行道清浄は初、捨の強化は中、満足は後。初禅の時、行道清浄は初というは：初にはいくつ相があるか？初には三つ相がある：

（一）心はすでに、当該のジャーナの障礙となる法から、清らかに出て来ている；

（二）その為、それは寂静の相である所の、中捨の境地に対して、道を開いた；

（三）故に心は、当該の境地に進入した。

初禅において捨の強化は中：中にはいくつ、相があるか？　中には三つ相がある：

（一）今、彼は平捨（＝平等に捨て去る）に清浄心を、傍観している；

（二）彼は平捨に、それがすでに、寂静の為に道を切り開いたことを、傍観してる。

（三）彼は平捨に、一境の出現を、傍観している（一境とは寂静相の出現を言い、それは、増上心または、定の修行に精進する人に、現れる）。

初禅に満足した後：後、にはいくつ相があるか？後、には四つの相がある：

（一）その中（五根等）に、いかなる法も生じない事に対して、満足を感じる。

（二）諸根に対して、同一の機能を感じて、満足する；

（三）適切な精進に効果がある事を感じて、満足する；

（四）初禅の成就に、満足を覚える。」

行道清浄（paṭitadāvisuddhi）とは何か？　それは、近行定及びその相応する所の、法である。

捨の強化（upekkhānubyuhanā）とは何か？　それは、安止定（ジャーナ定）である。

満足(sampahaṁsanā）とは何か？　それは、省察（paccavekkhaṇā）である。

8-8-8　ジャーナの意味

Ārammanūpanijjhānato paccanikajhāpanato vā jhānaṁ.―― ジャーナと呼ぶのは、それが禅の修行の所縁を照らす（upanijjhāna）、たとえば、安般似相（ジャーナ）、であるから。また、障礙（すなわち、五蓋）を焼き尽くす（jhāpana）から。

（《清浄道論》第四章・第 119 節）

ジャーナには二種類ある:「所縁を照らすジャーナ」（ārammanpanijjhāna jhāna）と「相を照らジャーナ」（lakkhaṇūpanijjhāna）である。八定は、「所縁を照らすジャーナ」である。というのも、禅の修行の目標を照らすが故に。たとえば、地遍、安般似相など等。観智、道智と果智は「相を照らすジャーナ」と呼ばれる。観智は、諸行の無常の相、苦の相と無我の相を照らすか、またはそれらを知見するが故に、「相を照らすジャーナ」と呼ばれる。観智の作用は、聖道を成就せしめるので、また聖道は「相を照らすジャーナ」とも、言われる。聖果智もまた「相を照らすジャーナ」と呼ばれる。というのも、それは滅聖諦の真実相を照らすか知見するかであって、それはすなわち、涅槃寂静相である。（《殊勝義註》）

8-8-9　如何にしてジャーナを維持するのか？

かくの如くにジャーナを証得したならば、禅修行者は、毛髪を射る者、または料理人のように、その方式を観察して、それを証得しなければならない。ある一人の射手が、毛髪を射て、それを裂こうとしている。彼は以前、本当に毛髪を射た事が有り、当時、彼は、己の両足、弓、弦と矢の方角に注意したが、それは以下の通りである：

「私はこのように立ち、このように弓と弦と矢を持った時、私は毛髪を射て、それを裂いた。」その時からこのかた、彼は同様の方式を再度掌握し、再度、毛髪を射て、それを裂く事に成功した。同様に、あなたは、「適切な食べ物」など等の方式を、観察しなければならない。

たとえば、:「この種の食べ物を食べ、この種の人間と接触し、この種の場所に住んで、この時間に、この種の姿勢において、これを証得する事ができた。」と。このように、ジャーナを失った時、あなたは、再度、それらの方式を掌握し、改めて安止に入り、または、己がそれを熟知するように（＋努力）するならば、あなたは何度も重複して、安止に入ることができる。

ちょうど一人の巧みな料理人が、自分の雇い主に奉仕するかの如くに・・・。

彼は注意深く、雇い主が食す所の、一切の食物を選択し、（＋ひとたび選択したならば）それ以降は、その食品だけを送ってくるようにする。この事によって、彼は褒賞を得た。

同様に、あなたも、この料理人が食物に注意を払うのと同じく、ジャーナを証得した時に、その方式を観察し、（＋そのようにするならば）その後、ジャーナを失った時、あなたは再度、安止を掌握し、安止に入ることができる。故に、あなたは、毛髪を射る射手のように、または料理人にように、観察しなければならない。

あなたが相を観察する事を通して、再度、これらの方式を掌握したなら、あなたは成功里に、安止に到達する事ができるが、しかし、それを永く維持する事ができない。

それは、（＋心が）禅定を障礙する所の諸蓋の中から、清らかに出て来て初めて、長い時間、維持する事ができるようになるのである。

あなたが、欲々の危険を省察しておらず、また、完全に欲々を鎮伏しておらず、先に、名と身を完全に静めて、身体の動揺（すなわち、瞋恚、恨み）を平静にしておらず、いまだ、界に致力して、完全に昏沈と睡眠を取り去っていないのであれば、また、心中の、定の障礙になる所の、その他の諸々の蓋または不善法を清らかにしていないのであれば、あなたは、非常に早く、再び、当該のジャーナから出て来るに違いない。それは、ちょうど汚い蜂の巣に入った蜜蜂のように、または、乱れた公園に行った国王のように。

あなたが完全に、心の中のそれらの、定の障礙になる所の不善法を、清らかにした後、再度入禅するならば、あなたはその日一日中、ジャーナに安住することができるであろう。それはちょうど、蜜蜂が、完全に清浄な蜂の巣に入った時のように、また、国王が完全に清潔な公園に入った時のように。故に、もし、長い時間ジャーナに入りたいのであれば、あなたは、先に、心の中の、定に障礙となる所の、不善法を清浄にし、その後にジャーナに入る事。もし、このように実践する事ができたならば、次には、あなたは、前述した通りに、五自在の修行をするべきである。

8-8-10　記憶しておくべき要点

安般禅相を拡大してはならない。なぜであるか？　あなたが出入息相（安般禅相）を拡大する時、ほんの小さな点に過ぎなかった息が拡大される。しかし、（＋元々）それには固有の地点（土壌）があるが、それはすなわち、鼻先か、または人中である。

この壌土としての地点、または固定点があるが故に、それを拡大してはならない。

安般念を修行しようとしている人、彼らは覚知の為の固定的な地点を、鼻先または人中において保持するべきである。それはすなわち、呼吸の時の出入息の接触点との摩擦点である。安般禅相が見えた時、彼はただ、同様の方式で、すでに息と結合した所の、出入息が接触点と摩擦する、その同一の場所にある安般禅相に、専注するべきである。

ただこのようにした人だけが、この禅の修行における業処の目標に到達する事ができる。

8-9　第二禅

色々な経典に書かれている所の、第二禅に関する描写は、以下の通り：

「尋と伺を止息させた後、比丘は自信と定心の伴った、無尋と無伺の、定によって生じた所の、喜と楽が充満した、第二禅に入る。」（《長部・沙門果経》

あなたがすでに、初禅の五自在に熟練した後であれば、第二禅の修行に進むことができる。その為には、あなたは先に、再度、初禅に一時間程入らなければならない。初禅から出てきた後、初禅の欠点及び第二禅の長所を思惟する：

「初禅は、五蓋に近いので危険がある。初禅の中の粗くて劣っている尋、伺の禅支は、初禅を弱体化させる。第二禅は、初禅より寂静である。」

このように（＋思惟して）初禅への執着を取り除き、次に、第二禅を証得する為に、あなたは再度、心を似相に専注させて、まずは、初禅に証入する。

初禅から出て来て後、あなたが、正念と正知でもって、禅支を観察する時、尋と伺は、粗くて劣っているように思えるし、喜、楽及び一境性は、寂静であると、思える。

粗くて劣っている禅支を取り除いて、寂静なる禅支を得る為には、あなたは再度、不断に、安般似相に専注する（＋のがよい）。

もし、あなたが持続的に、このように実践したならば、強くて力のある安止が生起し、あなたは、喜・楽及び一境性を具備した第二禅に到達する事ができる。（＋こうなれば、あなたは）引き続き、第二禅の五自在を、修行しなければならない。今、私は、第二禅の（慣例的な）描写の中の、いくつかの語彙に関する意味を、解説したいと思う。

8-9-1　尋と伺の止息（＝止むこと）

ここにおいて「尋と伺の止息」とは、この両者を超越したその後にしか、第二禅に入れない事、を意味している。自信：この言葉の意味は、信じる事、と同じである。ジャーナは、尋と伺によって生じた所の干渉を超越した時、初めて「自信がある」ようになるが故に。[人は]問うかもしれない：「この自信は、初禅においても存在していたのではないですか？なぜ、第二禅になって、初めて『自信と定心が生じる』などと言うのですか？」

この件に関しては、以下のように回答することができる：尋と伺によって生じた干渉は、水が、さざ波または波動の干渉を受けるようなもので、初禅は、完全に自信を擁することができない。これが、信はすでにその中に存在してるものの、それを「これは自信である」等と称する事ができない理由である。自信が欠乏している為に、定もまた、明確ではない。

これがなぜ（＋第一禅の定を）「有定心（＝定有る心）」と呼ばないのか、という理由である。しかし、第二禅の中の信が堅固であるのは、尋と伺の障礙がなく、立脚点がある為である；定もまた、堅固で強い信が随伴しているが故に、明確に生起する。これが、このジャーナが、どうしてこのように形容されるのか、という理由の説明である。

《分別論》もまたこのように言う、すなわち、「自信」の定義を、信、自信、信じる事、完全な自信、としている。「定心」は、心の安定・・・正定である。

無尋無伺：

修習を通して、捨離をした為に、このジャーナには、尋がない。この種の解釈は、伺にも適用する事ができる。《分別論》も、以下のように言う：

「故に、この尋と、この伺は、すでに平静にされ、平静になり、止息しており、平息しており、完全に平息しており、除去されており、完全に除去されており、乾いており、完全に乾いており、終わっている；故に：無尋であり、無伺である、と言う。」

定から生まれる：その意味は、初禅定、または相応の定から生じる、という事である。

初禅もまた、相応の定によって、生じるのではあるが、しかし、この定だけが「定」と呼ばれる。故に、それは完全に自信があり、また、尋と伺の干渉を受けない為に、極め

て動揺し難い。故に、ただこのジャーナのみを「定より生じる」と言う。このような言い方は、それを育成する事を勧めるためである。

両支の捨離：

両支の捨離とは、尋と伺の捨離である事を、知っておかねばならない。五蓋は、初禅の近行定において、すでに捨離されてはいるが、このジャーナ（第二禅）に関して言えば、尋と伺は、その近行定において、捨離されてはいない。唯一、真正なる安止の時にのみ、当該のジャーナは、それらを伴わないままに、生起する。故にそれらを「捨離支」と呼ぶ。

三支の具備：

それが具備する三支とは、喜・楽と一境性であって、具備するとは、この三者の生起の事であることを知っておかねばならない。故に、《分別論》がジャーナを「信、喜、楽、一境性」であると言う時、これは隠喩的な言い方であって、当該のジャーナと、その構成要素を示しているのだ、と言うことである。しかしながら、このジャーナには、信以外に、照明の相（＝明るく照らす相）、または目標を徹底的に見る事のできる、三個の禅支が具備されている。故に：

「その時、ジャーナに具備されるのは、どの三支か？それは喜・楽・一境性である」（《分別論》）と、いわれるのである。

8-10　第三禅

このようにジャーナを証得したならば、あなたは、第二禅の五自在を、練習しなければならない。あなたが、第二禅の五自在に習熟して、次に、第三禅の修行に進みたいと思うならば、あなたは、第二禅の欠点を、思惟しなければならない：

「第二禅は、尋と伺に接近するという危険性がある。その中の喜における心の動揺は、粗くて劣っている。そして、喜禅支の粗くて劣っている様は、それを弱くする。第三禅は、比較的寂静である。」と。

かくの如くに、第二禅への執着を取り除き、また、第三禅を証得する為に、あなたは、再度、心を似相に専注させ、再度、第二禅に証入する。第二禅から出てきた後、あなたは正念と正知をもって禅支を観察し、喜が、粗くて劣っている事、楽と一境性が、寂静であることを知る。粗くて劣っている禅支を取り除いて、寂静なる禅支を得るために、あなたは再度、不断に安般似相に専注する。もし、あなたが、持続的に、このように実

践するならば、強くて力のある安止が生起し、あなたは楽と一境性を具備する、第三禅に到達する事ができる。

諸々の経における、第三禅を証得した場合の、標準的描写は、以下の通りである：

「喜もまた消えてなくなり、その後、比丘は捨、正念と正知に安住し、彼の身体は快楽（＝楽しさ、心地よさ）を感受する。こうして、彼は聖者が言う所の『捨と正念のある者には、快楽のある安住がある。』なる第三禅に進入し、安住する。

喜が消失：

この二種類の意味を理解する必要がある；すなわち

（一）尋と伺が止息した；

（二）尋と伺が止息し、喜も超越した。

当然、第二禅の中において、尋と伺は、止息される。しかしながら、このように言うのは、（＋修行者を）第三禅の道へと導く為であり、また、それを[育成]する事を勧める為でもある。「尋と伺を止息する」と言うと、それは、尋と伺を止息させて後に、このジャーナの道に[入る]必要性があるのだ、という事を示している。また以下の事実を、記憶しておいてもらいたい：

「第三禅の近行定は、尋伺と相応するだけでなく、喜とも相応する。ただ第三禅の安止のみが、この三支を捨離する。」

上記のことが原因で、上述のように、解説する事が必須であった。

比丘は捨において安住する：

捨とは、如実に、禅の修行の目標を観察する事である。たとえば、安般似相等。

このように、それは捨（upekkhā または傍観）である。その意味は、先入観なしに、それを公平に見る事。第三禅を証得した者は、「捨において安住する」と呼ばれる。というのも、彼は清らかで明晰、十分で、良好な捨を、擁しているからである。

8-10-1　10 種類の捨

捨には 10 の種類がある：

１，六支捨（chaḷaṅgupekkhā）；

２，梵住捨（brahmavihārupekkhā）；

３，覚支捨（bojjhaṅgupekkhā）；

４、精進捨（viriyupekkhā）；

５，行捨（saṅkhārupekkhā）；

６，受捨（vedanupekkhā）；

７，観捨（vippassanupekkhā）；

８，中捨性捨（tatramajjhattupekkhā）；

９，禅捨（jhānupekkhā）；

１０、遍浄捨（pārisuddhupekkhā）。

（一）六支捨とは、漏尽者における、捨の名称である。それは、喜ばしい、または喜ばしくない所の、六個の所縁が、六門に現れる時、清浄なる中捨を保つ（＋事を意味する）。それは、このように形容される：「ここにおいて、漏尽の比丘は、目において、色塵を見る時、彼は喜悦せず、また悲しむ事もない;彼は正念と正知において、捨に安住する。」（《増支部》）

（二）梵住捨は、衆生に対して、中捨を保持する事。これは以下のように形容することができる：「彼は一方（の有情）に対して、捨心によって安住する。」（《長部》）

（三）覚支捨は、同時に生起した諸法において、中捨する事。これは、以下のように形容する事ができる：「彼は捨離によって捨覚支を育成する。」（《中部》）

（四）精進捨は、過剰に精進しない事、また怠けない事を意味する。これは以下のように形容する事ができる：「彼は常に捨相を憶念する。」（《増支部》）

（五）行捨は、省察と諸々の蓋を平静にする事に関連する中捨である。

これは、以下のように形容することができる：

「定を通して生起する行捨は、幾つあるか？

観智を通して生起する行捨は、幾つあるか？

定によって生起する行捨は、八種類ある。

観智によって生起する行捨は、10 種類ある。」（《無礙解道》）

八種類とは、八定と関連する所の、捨である。10 種類は、四道、四果、空解脱及び無相解脱に関連する捨である。

（六）受捨は、不苦不楽受であり、これは以下のように形容する事ができる：
「捨具欲界善心が生起した時。」（《法聚論》）

（七）観捨は、観智によって諸行の相を観照した後、観照した所の諸行の相に対して、中捨を保つ。これは以下のように形容する事ができる：
「彼は、存在するもの、既に生まれたものを捨離したが故に、捨を得た。」（《中部》）
当該の経文の意味は：観智による知見は、各自の因と縁によって生起する五蘊の相による。すなわち、当該の観智が諸蘊への執着を捨離する。というのも、それは、無常・苦・無我なる諸蘊の禍を知見したが故に。また、邪想、常想など等も捨離する。

（八）中捨性捨は、具生法の効力と同等である：それは、欲（chanda）の始まりである「或任何法」（yevāpanakas）の内に含まれる。それは、美心の中の具生法のバランスを保持する責任を持つ心所である。アビダンマによると、中捨性捨とは、美心一つひとつに存在しており、美心にバランスと調和を齎し、心をして、軟弱になったり、動揺する事がないようにする。一つひとつの、個別の心所としては、中捨性捨は、異なる状況の下において、異なる方式をもって顕現する。

（九）禅捨とは、最も上等な楽でさえも、偏しない事。この事は、以下のように形容する事ができる：「彼は捨に安住する。」（《長部》；《法聚論》）

（十）遍浄捨とは、一切の障礙から浄化される事。障礙の止息に関心がない事。この事は、以下のように形容される：「比丘は、不苦不楽に安住し、かつ、捨によって正念清浄となった第四禅に入り、住する。」（《長部》）

ここにおいて、六支捨、梵住捨、覚支捨、中捨性捨、禅捨と遍浄捨は、究極的には同じ事を言っているのであり、すべて、中捨性心所である（＋ことが知れる）。しかしながら、それらの差別は、それらが、異なる時に生起するという点にある。ちょうど、一人の男の子は、青年になり、成年になり、将軍になり、国王になるのに、時期が異なるのと同じである。故に、覚支の捨は、六支捨の中には見つける事ができない：六支捨もまた、覚支捨の中に見つける事ができないことを、知るべきである。

（＋上述の）これらが究極法であるように、行捨と観捨もまた、同様なる究極法である。というのも、それらはただ、二種類の作用に基づいているだけであって、それを二種類に分けているだけであるから。たとえば、ある男性が、夕方、蛇が自分の家に入るのを見て、二股になった枝を持って、その蛇を捉まえようとする、とする。そして、蛇が米蔵にいるのを見つけた時、それが蛇かどうか（＋彼は）確認する必要がある、と思う。蛇の三つの相を観察する事を通して、彼は、もはや躊躇する事はなくなる。

故に彼は「更に観察して、蛇であるかどうか確かめる事」に対して、中捨を感じるのである。同様に、すでに観禅を修行した比丘にとって、観智でもって三相を知見したならば、彼は「諸行の無常を更に観察しよう」など等に関しては、中捨を感じるが、この種の捨を「観捨」と言う。

まさに、この男性が、二股の枝で、その蛇を捉まえようとする時、心の中で思う：

「私はどのようにすれば、彼を害さないで、また、私が彼に、咬まれないという状況の下で、彼を取り除く事ができるか？」

この時、彼はただ一つの、蛇を取り除く方法を見つけ出し、蛇を捉まえる事に関して、中捨を感じる。同様に、比丘は、三相を探し求める事を通して、燃えている最中の三有を見たならば、彼は、諸々の行蘊に執着する事に、中捨を感じる。この捨は、「行捨」と言う。このように、「観捨」を打ち立てたならば、「行捨」もまた、すでに打ち立てられている。しかしながら、それは、観察（＋したもの）に対して、中捨を感じるか、または執着に対して、中捨を感じるかによって、二種類に分類することができる。

精進捨と受捨の二種類は異なっており、また、その他の捨とも、異なる。これらの捨の中で、ここで述べているのは、禅捨である。その特徴は中捨であり；作用は、関心を寄せない事であり；現起（＝現象）は、興味を感じない事であり；近因は、喜の消滅である。

8-10-2　正念と正知

ここでは、自性に基づいて、正念と正知についての解説をする。正念の特徴は、目標を憶念する事、覚えておく事であり、それは例えば、安般念の似相のようなものである。

その作用は、目標を見失わない事。その現起（現象）は、心を、目標の中に留めさせる事。正知の特徴は、迷・惑（＝迷いと惑い）しない事。作用は省察して見る、（判断）する事。現起（現象）は目標を検査する事。

正念と正知は、ジャーナの少し前に存在する（訳者注：レベルの低いジャーナの人の中にも存在しえる、の意）が、（＋ものごとを）よく忘れる人、正知の無い人は、近行定を証得する事ができず、安止定は、更に得る事ができない。しかし、それらのジャー

ナは比較的粗い。故に心は、禅修行の目標に専注する事ができる。それはちょうど一人の男性が平原を歩ききるようなものである。故に、正念と正知の作用は、それらのジャーナの中においては、不鮮明になる。ただ、ここで（+私が）初めて正念と正知を語るのは、このジャーナは、粗い支を捨離した後には、微細のレベルが上がるので、心は毎回、正念と正知の作用を具備して初めて、禅の修行の目標に入る事ができる、という事があるからである。それはちょうど一人の男性が、刃物の鋭い刃の上で歩いているようなものである。

　また、ちょうど母牛について歩く子牛のように、一度別れた後も、また母牛の所へ戻って行くように、心もまた喜から引き離されて、第三禅に入ったものの、もし、正念と正知によって守られていないならば、それはまた喜へと戻って行く。衆生は愛楽に貪欲で、また、この種の楽は、非常に甘美なものである。というのも、世間でこれ以上の好いものはないのであるから。しかしながら、ここにおいて、（＋修行者において）当該の楽への欲求は、ない。これは、正念と正知を原因としており、その他の原因においてではない。

その身に楽を感じる：

ここにおいて、第三禅に証入した人は、楽受に関心を持つ事はない。しかし、彼は名と身に相応する楽を、感じる事はある；ジャーナから出てきた後、彼もまた楽を感じる事はある。というのも、その色身は、すで名身と相応する所の楽によって生じた極其勝色（＝きわめてすぐれた色身）の影響を受けるからである。

詳細な説明：

心所依処に依存して生起する所の、一つひとつの心は、多くの（＋世）代の微小粒子を生じる事ができるが、これを、心生色と言う。似相（たとえば安般念）を縁にして、それを目標とするジャーナ心と近行定心もまた、多くの代の心生色を生じることができるが、これらは勝色（＝すぐれている色）であり、全身に遍満する。これらの色法によって、禅の修行者は、その名身と相応する所の楽を感じるのである。ジャーナから出て来た後、彼は楽を感じるが、それはその色身が、すでに、それらの勝色の影響を受けているからである。覚者、聖者は、（＋第三禅を）具備し、（＋第三禅に）進入し、第三禅に安住する人を、以下のように言い、讃嘆する：

「捨と正念がある者は、楽において安住する」と。

どうして彼らはこのように讃嘆するのか？　というのも、第三禅は、極めて甘美な、円満な楽を具備しているが、彼はなお、第三禅において、中捨する事ができるからである。

これは、彼が、楽を歓び、好むことによって、それ（＝楽に執着する事）に（＋心が）向かう事が、ないからである。というのも、彼は、喜の生起を防止する所の正念を通して、正念を保持しているからであるし、また、彼は、名身でもって、聖者によって、（＋聖者が）喜ぶ所の喜びと、（＋聖者によって）育成された所の、無染の楽を感受するからである。

8-10-3　捨離一支：具備二支

ここにおいて、知っておかねばならない事、それは一支を捨離するとは、喜を捨離する、という事を意味する事である。しかし、それは、安止定の刹那において、初めて捨離されるのである。ちょうど、尋と伺が第二禅において、捨離されるが如くに。こうしたことから、これを「捨離支」と呼ぶ。また、「具備二支」とは、楽と一境性の両者が同時に生起する事である、という事を理解しなければならない。

こうしたことから、《分別論》の中で、「ジャーナは捨、正念、正知、楽と一境性である」と言われるのであるが、それは、隠喩の形でジャーナそのものと、ジャーナの具備する法について、説明しているのだ、という事を理解しなければならない。

しかしながら、このジャーナは、二つの明るい相の禅支を具備している為に、「その場において、何が二支を具備するジャーナか？それは楽と一境性である。」と言われるのである。

8-11　第四禅

この様に、第三禅を証得した後、あなたは第三禅の五自在を修習しなければならない。

あなたが第三禅の五自在に熟練した後、第四禅に入る修行をしたいと思う時、あなたは、第三禅の欠点を思惟しなければならない：

「第三禅は、喜に近いという危険性があるし、また楽禅支の、粗さと劣性が、それを弱めるために、無楽の第四禅の寂静には、及ばない。」

この様に、第三禅への執着を断じ除き、第四禅を証得する為に、あなたは、心をして、似相に専注せしめ、再度、第三禅に証入する。　第三禅から出て来て、あなたは、正念と正知でもって、禅支を観察する時、楽は、粗くて劣性であると思い、捨及び一境性が寂静であると思う。粗くて劣なる禅支を断じ除いて、寂静なる禅支を獲得する為に、あなたは再び、不断に安般似相に専注する。もし、あなたが、この様な修習を、持続的に実践できるならば、強くて力のある安止は生起する。この時、あなたは捨及び一境性を具備した第四禅に到達することができる。

しかし、ここには一つ、（＋理解するべき）一項の違いがある：楽受は「不苦不楽受」の縁ではない。というのも、第四禅は不苦不楽受と共に生起する必要があるが故に。

こうしたことから、この遍作の心と不苦不楽受は相応する（＋のだと言える。）

ここでいう「喜」は純粋に、それらと捨が相応する為に、消失する。

第四禅の標準的な描写は、以下の通りである：

「楽と苦を捨棄する事を通して、かつ、その前の悦と憂の消逝によって、比丘は、無苦無楽な、因捨心を具備した、完全なる浄化の正念である所の第四禅に、進入しかつ安住する。」

8.11.1　註解

ここにおいて、「楽と苦を捨離する事を通して」とは、身の楽と身の苦を捨棄する事を通して、という意味である。悦と憂の消逝：先の心楽と心苦の、この二種類の消逝を通して；その意味は、それらの捨離を通して、である。これらを捨離する（＋という現象）は、何時発生するのか？　第四禅の近行定刹那において、である。

というのも、悦（心の楽受）は、唯一、第四禅の近行定刹那においてのみ、捨離することができるが故に。そして、身苦、心憂と身楽は、それぞれ、各々、初禅、第二禅、第三禅の近行定刹那において、捨離される。

こうしたことから、それらが捨離される次第・順序には言及されていないものの、しかしここでは、「根分別」の中において、諸根の次第によって、身楽、悦と憂の捨離について言及されている事に基づいて、説明したものである。

しかし、もし、これらは、唯一、何種類かのジャーナの近行定刹那にしか捨離できないのであれば、なぜ、以下の経文は、それらの息滅は、ジャーナの時に発生するのだ、というのであろうか？；

「已に生起した苦根は、どこにおいて、無余に滅尽するか？　ここにおいて、比丘たちよ。完全に欲楽から遠離し、完全に不善法から遠離し、比丘は初禅に入り、安住する時・・・寂静より生じる。ここにおいて、已に生起した身苦は無余に滅尽する。

已に生起した憂根は、どこにおて、無余に滅尽するか？　・・・第二禅・・・已に生起した身楽根は、どこにおいて、無余に滅尽するか？　第三禅・・・已に生起した悦根は、どこにおいて、無余に滅尽するか？　楽と苦の捨離を通して、及び先の悦と憂の消逝を通して、比丘は無苦無楽、因捨心を具備し、完全に浄化された所の正念の第四禅に進入し、安住する。ここにおいて、已に生起した悦根は無余に滅尽する。」（《相応部》）

当該の処において、この様に言うのは、（＋その場所において）強化される事によって息滅されるからである。というのも、初禅の発生は、それらが強化されて息滅するのであって、それらの、単なる息滅、ではない。近行定刹那において発生している事柄は、それらの息滅であり、それらの、強化された息滅、ではない。

故に、多くの引転（多くの意門心路過程）を擁する初禅近行定の時、身苦根はすでに、息滅されているとは言うものの、それは虻、蠅、蚊に接触（＋するのが原因で）、または、凸凹の座蒲によって、不適が引き起されて、再度生起するかも知れないが、しかし、安止の中においては、これらは発生する事が無い。または、身苦根は、すでに近行定の時に、息滅したかも知れないが、しかし、それは完全には息滅していないのである。

というのも、それらはいまだ対立法によって、完全に撃破されてはいないが故に。

安止の時、全身は、喜の拡散によって、楽が充満するが、身体に、楽が充満する人にとって、苦根は完全に息滅している（＋と言える）。というのも、その時、それはすでに対立法によって撃破されているが故に。

多くの引転を擁する、第二近行定の時、その前の心憂根は、すでに息滅されていると言うものの、それは再度生起することができる。というのも、尋伺を縁とする、身の疲労と、心の混乱が有りさえすれば、それは生起するが故に；しかしながら、尋伺がない時、それは発生することがない。もし、それが発生するならば、それは尋、伺の発生があるという事でり、第二禅近行定の時に、尋も伺も、捨離されていない、という事である。しかし、第二禅においては、この様な様子ではありえない。というのも、その時には、すでにその因と縁を捨離しているが故に。

同様に、第三禅の近行定の中において、身体が、喜に相応する心を充満させて、勝色（＝優れた色、優れた身的要素）を生じている人は、その前にすでに捨離した所の身楽根が、再度、生起する可能性がある。しかし、第三禅においては、この様ではない。

というのも、第三禅では、身楽の縁である所の喜はすでに、完全に息滅しているが故に。

同様に、第四禅の近行定の中において、その前にすでに捨離した所の悦根（心の楽受）が、再度生起する可能性がある。というのも、それは（＋第三禅に）近く、また、それはいまだ、安止の強い捨によって、正確に鎮伏されてはいないが故に。しかし、第四禅の中においては、この様ではない。これが、一つひとつの状況において、なぜ、毎回「無余」という語彙を使うのかという、答えである。たとえば、「すなわち、ここにおいて、すでに生起した苦根は無余に滅尽した」の様に、である。

8.11.2　もう一つの問題

ここにおいて、以下の様な質問が出るかも知れない：

「もし、これらの受が、近行定において捨離されるならば、なぜに、ここにおいて言及されるのか？」

この様にするのは、それらの理解が簡単に進む様に（＋配慮した為である）。ここにおいて、「無苦無楽」というこれらの語彙で形容された所の、不苦不楽受が、非常に微細であり、非常に知りがたく、識別しがたい（+ことを示したのである。）牛の放牧者が、暴れ牛に対して、全く近寄りがたく、捉まえる事が出来ない時、彼はすべての牛を一棟の牛小屋に押し込み、その後に、一頭また一頭を外へ出す。そうして彼は言う：

「よし、そいつを私は捉まえたぞ」と。この様に、暴れ牛もまた捉まえることができる。

同様に、世尊は、五種類の受を、すべて集合させて、それらを理解しやすくしたのである：というのも、この様に全体的にそれらを顕示したならば、身楽であっても、身苦であっても、または心悦であっても、心憂の法であっても、それらを識別することができるからである：これが不苦不楽受である。

次に、この様に言うのは「不苦不楽心解脱」の縁を顕示する為でもある。というのも、身苦等々を捨離するのは、それの縁であり、故に以下の様に言う：「賢友よ、『不苦不楽心解脱の成就』には、四種類の縁がある。ここにおいて、賢友よ、身楽と苦の捨離、及び先の悦と憂の消逝によって、比丘は、無苦無楽の、因捨心を具備した完全なる浄化の正念の第四禅に進入し、安住するのである。」

無苦無楽：

苦が存在しないが故に無苦でる；楽が存在しないが故に無楽である。

これは、苦と楽の二者に相反する第三番目の受を顕示しており、純粋な無苦無楽の事ではない。この三番目の「不苦不楽」と呼ばれる受は、また「捨」とも呼ばれる。

その特徴は、喜ばしいか喜ばしくない所の。二者の体験とは相反するもので；作用は平淡；現起（現象）は不鮮明な受である。その近因は、悦（心の楽受）の息滅である事を理解する事。

因捨心を具備した完全なる浄化の正念：

捨を擁して生じる所の正念の清浄。このジャーナの中の正念は、完全に清浄であり、その清浄は、捨によって生じる。他の法が原因ではない。これは、それがなぜ、捨を擁しているが故に生じる正念の清浄というのか、というその理由である。正念を生じせしめる清浄の捨とは、中捨性捨（tatramajjgattatā）である。ここにおいて、正念が浄化さ

れるだけでなく、一切の相応する受すべてが浄化される。尚、この教法は、正念の課題・科目として教えるのである。

捨（中捨性捨）もまた、三種類の比較的低レベルのジャーナの中に存在しているが、しかし、あまり鮮明ではない。というのも、それは粗くて劣なる禅支によって隠蔽されるが故に。ちょうど、昼間に、星々は、天空で輝いてはいるものの、しかし、太陽の光によてそれらが見えないのと同じである。日没の後であれば、星々は見える様になる。

こうしたことから、粗くて劣なる禅支を超越する事を通して、正念は清浄になり、第四禅に到達した時、捨は、単独で突出する事になるのである。

8.11. 3　一支を捨離する：二支の具備

ここにおいて、捨離の一支は、「悦」（somanasa）、すなわち、心の楽受を捨離する事であるのを理解しなければならない。実際、同一の一個のジャーナ心路過程の前の速行において、それはすなわち、第四禅の近行定の時であるが、悦はすでに捨棄されている。故に、これを捨離支と言う。二支を具備するというのは、捨受（＝受の捨）と一境性の二者が生起する事をいうのを理解しなければならない。これはジャーナ四分法（catukkajjhāna）の教法と言う。

8-12　ジャーナ五分法（pañcakajjhāna）

諸々の經は、ジャーナを四種類に分類する。しかし、アビダンマ蔵では、二種類の方法でジャーナを指導する――人々の知熟する經教四分法と、五分法である。尋と伺の捨離を分け、同時にそれらを捨離しないため、ジャーナ四分法は、五分法に変化する。

ジャーナ五分法の中において、ジャーナを構成する五種類の禅支は以下の通りである：

1、初禅：尋・伺・喜・楽・一境性。

2、第二禅：伺・喜・楽・一境性。

3、第三禅：喜・楽・一境性。

4、第四禅：楽・一境性。

5、第五禅：不苦不楽受（捨受）、一境性。

五分法に基づくと、初禅を証得した後、引き続き、比較的高レベルのジャーナを証得したいと思う禅修行者は、その禅支を省察する時、尋が粗くて劣である事を発見する。

そして、替えは尋を断じ除こうと尽力し、結果、無尋を証得するが、しかし（＋これは）伺と相応する第二禅である。五分法の第二禅は、四分法には見られないものである。

第二禅を掌握したならば、禅修行者は伺が粗いのを発見し、それを断じ除いたならば、四分法の第二禅と同等の［五分法の］第三禅を証得した事になる。五分法の第四禅と第五禅は、それぞれ、四分法の第三禅と第四禅と同等である。

この二種類の異なる分類方法は、心一境性の能力に差異のある禅修行者に合わせるために存在する。この能力の差異は、彼らの、尋と伺を同時に観察する能力の違いであり、または彼らが、同時に尋と伺を捨離する能力の違いを言うのである。四分法に基づいて修行する禅修行者の進展は比較的速い。というのも、同一の場所から、上に移動する時に、二支を捨離するからである。しかしながら、二者は、共に、同じ範囲の精神的体験を経験し、最後には、己自身の分法によって、同一の目的地に到達するのである。

ジャーナ五分法が、最初にアビダンマ蔵に出現した後、「論教法」としての特徴を持つ様になった。この様ではあるが、この分法は、諸々の經に明確な根拠を持つものである。諸々の經は、常々四禅を言うものの、しかし、それらは定を三種類に分けている：有尋有伺の定、無尋有伺の定、無尋無伺の定である。（《長部》）。

仏陀は聴衆の願望に基づき、または教法の優美さをもって、二種類のジャーナ分法を教導した。仏陀が天界において、アビダンマを開示した時、ある種の聴衆が禅支を省察する時、ただ尋が鮮明で、粗くて劣であり、伺は寧静であった。彼らの願望に沿って、仏陀は四個の禅支を教導したが、それが無尋の第二禅であった。

仏陀はすでに、各種の法界を明晰に透視していた為、彼は教法において、優美さを擁していた。その円満なる智慧によって、彼は教法において、善くした。こうしたことから、彼は己自身の願望に従って、異なる分法を教導したのである。この分法の中において、初禅は五支、第二禅は四支、第三禅は三支、第四禅は二支あり、第五禅もまた二支ある。

8.12.1　修行の方法

もし、あなたが安般念の修行を通して、五分法ジャーナを育成するのであれば、あなたは先に、初禅に証入するまで、安般念似相に専注しなければならない。初禅から出て来て後、初禅の欠点を思惟する：「初禅は五蓋に近い危険性がある。初禅の中の尋禅支はジャーナを弱くする。第二禅は初禅より寂静である。」この様にして、初禅に対する執着を除き、第二禅を証得する為に、あなたは再度、似相に専注し、再度初禅に証入する。

初禅から出た後、あなたは正念と正知でもって、禅支を観察する時、尋が粗雑に感じ、伺は寧静であると感じる。粗雑な禅支を取り除いて、寂静な禅支を獲得する為、あなたは、再度、不断に安般似相に専注する時、第二禅は、上に述べた様に生起する。

それが捨離するのは、尋のみである。伺をはじめとする四支は、いまだ具備されている支である。このジャーナをこの様にして証得し、かつ第二禅の五自在に熟練したならば、第二禅から出てきた後、あなたは第二禅の欠点を思惟しなければならない：「第二禅は、尋に近い危険性を有する。また、伺禅支の粗雑さが、それを弱くする。第三禅は比較的寂静である。」この様にして、第二禅への執着を断じ除くならば、あなたは上に述べた様に、第三禅を証得する為に尽力することができる。

第二禅から出て来て後、あなたが正念と正知でもって、禅支を観察する時、伺のみが粗雑で、喜、楽及び一境性は寂静の様に感じる。粗雑な禅支を除き、寂静なる禅支を獲得するために、あなたは再び、不断に安般似相に専注する。もし、あなたが持続的にこの様にできるならば、第三禅は上に述べた様に生起することができる。　それが捨離する禅支は伺のみである。四分法の第二禅と同じ様で、喜を初めとする三支が、それの具備支である。前に述べた方法を用いて、引き続きジャーナの修行をしなければならない。

こうしたことから、四分法の中の第二禅は、二つに分ける事ができ、五分法の第二禅と第三禅になる事がわかる。四分法の中の第三禅と第四禅は、五分法では、第四禅と第五禅になるのである。この二者において、初禅は共に初禅である。　私は多くの禅修行者に聞いてみたことがある。彼らに、四分法の中の各種のジャーナの優劣を語って貰った所、多くの禅修行者は以下の様に言う：第二禅は初禅より更に殊勝であり、第三禅は第二禅より更に殊勝であり、第四禅は、この四種類の中では最も殊勝である。

これらのジャーナに入る事が出来るのは、心力の所以である。一人一人は、みなこの様な心力を擁している。皆は、仏陀の教法の中において精進するべきである。

’Viriyayavato kināma kammam na sijjhati’

――「充分に強い決意と智慧でもって精進する事の出来る人は、何事も達成できないものはない。」

もし、皆がこの様に精進して修行するならば、何事も成就することができるのであり、皆、願に応じて四禅すべてを、証得することができるのである。

8-13　呼吸行者

第四禅を成就した後、もし、十遍、八定、四梵住等の止禅の法門の修行に転換するならば、あなたは非常に、容易にそれらを完成することができる。また、あなたは観禅の修習に転換することもできる。安般ジャーナを基礎として観禅の修行に転換する者には、二種類ある：呼吸行者（assāsapassāsakammika 入出息行者）とジャーナ行者（jhānakammika）である。しかし、この様な翻訳は、あまり正確とは言えない。

以下において、私は更に一歩進んで解説したいと思う。この二種類の禅修行者が、如何にして、安般念第四禅を基礎として観禅の修行をするのかを。

止禅の中には 40 種類の業処（修行の法門）があるが、観禅の中には、ただ二種類の業処しかない。それはすなわち、色業処（rūpa-kammaṭṭhāna）と名業処（nāma-kammaṭṭhāna）である。

色業処は色法（物質現象）を観照の目標とする；

名業処は名法（精神現象）を観照の目標とする。

色業処はまた色摂受（rūpa-pariggaha）とも言い；

名業処はまた非色摂受（arūpa-pariggaha）とも言う。

ここでは、非色とは、名法の事である。

禅修行者は安般第四禅の修行に成功した後、もし、先に色業処を修行したいのであれば、彼は、先に、呼吸の中の究極色法を観照しなければならない。それ故に、呼吸行者と呼ばれる。もし、先に名業処を修行したいのであれば、彼は先に、禅支を観照しなければならない。故に、彼は、ジャーナ行者と呼ばれる。

呼吸行者は、第四禅に到達する様、再度安般念を修行しなければならない。第四禅から出定して後、逐一、呼吸の中の四界の　12 の特徴、すなわち、硬さ、粗さ、重さ、滑らかさ、軽さ、流動性、粘着性、熱さ、冷たさ、支持性、推進性を観察する。

観察が上達して熟した後、12 の特徴を、四つのグループに分ける。

すなわち、硬さ、粗さ、重さ、柔らかさ、滑らかさ、軽さを同時に観察して、それらを地界であると了知する；

流動性と粘着性を同時に観察してそれらを水界である事を了知する；

熱さと冷たさを同時に観察してそれらを火界である事を了知する；

支持性と推進性を同時に観察して、それらを風界である事を了知する。

この様にして、繰り返し何度も観察する：「地、水、火、風；地、水、火、風・・・」と。持続的に、呼吸の中の四界に専注する。もし、この様に系統的に専注する事ができ

たならば、色聚を見ることができる。更に一歩進んで、色聚を分析する時、一粒毎の色聚の中に含まれている所の　9種類の色法、すなわち、地界、水界、火界、風界、色彩、匂い、味と栄養素と音を透視することができる。この　9種類の色法は呼吸身（assāsapassāsa　kāya）と呼ばれる。

呼吸身を観照した後、彼は以下の様に思惟しなければならない：

「呼吸身は、何に依存して生起するのか？」

彼は、呼吸身が依処に依存して生起するのを発見するであろう。

依処とは何か？　《アビダンマ蔵》によると、依処には六種類ある。すなわち眼処、耳処、鼻処、舌処、身処と心所依処である。そして、經による教導では、依処とは所生身を指すのだと言う。所生身は、四種類の色法が含まれている：

（一）業生色：業力によって生じる色法。

（二）心生色：心によって生じる色法。

（三）時節生色：火界によって生じる色法。

（四）食生色：食素（＝栄養素）によって生じる色法。

どうして、經と論では、教えが異なっているのであろうか？　というのも、經では、実際の修行の方法を教えており、論は、正確な含意を表明しているのである。

たとえば、もし、系統的に、目に関して四界分別観を修行することができるならば、あなたはその中の色聚を見ることができる。色聚を分析するならば、目の中の　6種類の色聚を識別する事が出来るが、眼十法聚は、その中の一種である。

あなたが、一粒の眼十法聚を分析するならば、あなたは、その中の10種類の色法、すなわち、地界、水界、火界、風界、色彩、匂い、味と栄養素、命根と眼浄色を、透視することができる。この　10種類の色法の中において、眼浄色のみが真正なる眼処であり、その他の　9種類の色法は、眼処ではない。この様ではあるが、しかし、それらは、眼処と共に生起して、一粒の色聚を構成するのである。

眼十法聚の中の　10種類すべての色法を分析する事ができて初めて、構成密集を、看破する事ができ、その時初めて、眼処（眼浄色）を見ることができる。故に、經の教えによると、依処とは所生身のことであると言える。というのも、あなたは、眼浄色と同時に存在する所の、一粒の色聚の中の、すべての俱生色聚を観照しなければならないが故であり、眼浄色をのみ観照する訳ではないからである。耳処、舌処、身処と心所依処もまた同様の道理でもって理解する事。

眼十法聚は、単独では存在することができない。系統的に、目に関して、四界分別観を修行するならば、あなたはその他の色聚を見ることができる。あなたが手で、目に触れる時、目は、手の与える感触を感受する事ができるが、この事から、目には、必ず身十法聚が存在している事が分かる。というのも、身識は、唯一、身浄色（身処）に依存してのみ生起することができるが故に。

目の中には、性根十法聚も存在している。その中の性根色によって初めて、あなたは容易に「この人は男性である」または「この人は女性である」と知る事ができる。眼十法聚、身十法聚と性根十法聚は、過去世の業力によって生じるものであり、業生色と言う。目を瞬かせたいと思う時に、瞬かせる事が出来るのは、目の中にも心生色法（心生八法聚）が存在しているからである。一粒一粒の色聚の中には皆火界が存在しているが、ほとんどの火界は、多くの代の新しい色聚を生じせしめる事ができる。これらは時節生色である。

一粒一粒の色聚の中にはみな、食素が含まれているが、食素の支援の下、多くの食素は、新しい色聚を生じせしめる事ができる。これらは食生色である。目の中には、上に述べたこの　6 種類の色聚が存在している。それらを分析する時、それらの中に含まれる所の 54 種類の色法を見ることができる。あなたは、密集を看破する為に、この 54 種類の色法を透視しなければならない。

その後に必ずや、同様の方法を用いて、六門と 32 身分の色法を照見しなければならない。32 身分の多くの身分の中には、業生、心生、時節生、食生の、この四種類の色法が存在している。註釈の中において、所生身は：「所生身とは、四大種色及び四大によって造られた所の色法によって構成される。」としている。

これはどの様な意味であろうか？　一粒一粒の色聚の中には、地、水、火、風という四大種色（すなわち、四界）が存在しているが、また、色彩、匂い、味と食素（＝栄養素）等の、四大によって造られた色法も存在している。実際には、合計　28 種類の色法が存在する：四大種色と　24 種類の所造色である。

24 種類の所造色（その内の 14 種類）は：

●五種類の浄色：眼浄色、耳浄色、鼻浄色、舌浄色、身浄色。

●四種類の境色：色彩、音、匂い、味。

●食素（栄養素）

●命根

●心色

●二種類の性根色：男性根色、女性根色

（14 種類の色法及び四大種色）18 種類の色法はまた以下の様に称される

●「自性色」（sabhāvarūpa）、それらは各々自性相を擁しているが故に。たとえば、地界の硬さ、粗さ等；

●「有相色」（salakkhaṇarūpa）、それらは各々一切の名色法に有する所の無常・苦・無我の三種類の共相を擁している。

●「完成色」（nipphannarūpa）、それらは業等等を因として生起するが故に。

●「色色」（rūparūpa）、それらは色法の不断に変化する特徴を擁している。

●「思惟色」（sammasanarūpa）、観禅の目標とする事において適切である。それらを無常・苦・無我として観照することができる。

上に述べた以外に、10 種類の非真実の所造色があるが、それはすなわち：

1、空界

2、身表

3、語表

4、色軽快性

5、色柔軟性

6、色適業性

7、色集積

8、色相続

9、色老性

10、色無常性

あなたはこれらの一切の色法を識別しなければならない。色法をただ無常・苦・無我として観照するだけでは、涅槃を証悟するには足りない。名色を無常・苦・無我としても観照しなければならない。名法を観照する時、ジャーナ名法は最も良い観照の起点となりうる。というのも、あなたはすでに五禅支の観察に熟練しているが故に。ジャーナ名法の観照の後、あなたは欲界の名法、六門心路過程心と離心路過程心を含むすべての名法を観照しなければならない。こうしたことから、註釈では以下の様に言う：次に、彼は、触等の五項の名法、すなわち、触、受、想、思、識を観照する。

この五項の名法の中において、受とは受蘊であり、想は想蘊であり、触所の思は行蘊であり、識は識蘊であり、それらは四種類の名蘊である；前に述べた　28 種類の色法は色蘊である；合計で五蘊となる。この五蘊の中の行蘊に関しては、註釈は、触と思の二種類の名法について言及している。というのも、それらは行蘊の中において、最も顕著であるが故に。この二項の名法に言及する時、行蘊の中のその他の名法もまた包含される。これはちょうど国王の出巡の行列に関して、国王が話題になるとき、彼の従者もまたその内に含まれるのと同じである。

名法と色法を観照したのち、彼は名色法の因を観照し、過去世に造（ナ）した所の無明、愛、取、行及び業の五項の主因を見ることになる。過去世のこの五種類の因は、今世に生まれ出る時の五取蘊を造る。彼は因と果の間の関係を観照するが、これが縁起法である。彼は、以下の様に結論する：名法と色法はみな、縁法と縁生法に過ぎない、これ以外に、人または衆生というものはない。

こうして、彼は名色法及びその因に関する疑惑を超越する。すでに疑惑を超越した禅修行者は、名色法及びその因を、無常・苦・無我として観照する。この様にすれば、徐々に智慧を向上させる事ができ、阿羅漢果を証悟する事に到る。この種の修行者を呼吸行者と呼ぶ。

8-14　ジャーナ行者

次に私は、ジャーナ行者に関して解説する。この種の禅修行者は、出定の後、先に禅支を観照する。その前に、安般念の修習を通して、止禅を修行した時、彼はすでに禅支を調べたことがある為、観禅の修行に転換する時、禅支を観照するのは、彼にとっては非常に容易に取り組めるのである。彼は、禅支と同時に生起する所のその他の名法を観照しなければならない。禅支を含むすべての、これらの名法はジャーナ法と言う。

ジャーナ法を観照した後、彼はこれらのジャーナ法は、何に依存して生起するのかと、検査しなければならない。その時、彼は、それらが心所依処に依存して生起するのを見るであろう。經の解説によると、心所依処は、所生身：業生、心生、時節生と食生の四種類の色法である。

ジャーナ法と欲界名法は名法であり、所生身は色法である。それらを観照した後、彼は名色法の因を探求し、無明、愛、取などの縁起法に基づいて観照する。そして、彼は以下の様な結論を得る：名法と色法はただ縁法と縁生法に過ぎない。これを除いて、人または衆生がいるわけではない。この様にして、彼は疑惑を超越した。疑惑を超越した

禅修行者は、名色法及びその因を無常・苦・無我として観察する。この様に徐々に智慧を向上させ、阿羅漢果を証悟する。この種の禅修行者はジャーナ行者と呼ぶ。

上に述べた解説の内容を理解するならば、あなたは仏陀の開示した以下の経文を理解する事ができる。

《大念処経》において、仏陀は、安般ジャーナを基礎とした、観禅を修行する方法を、以下の様に教導している。

「この様に、彼は内在する身を身として観照する事に安住し、外在する身を身として観照する事に安住し、または内在する、また外在する身を身として観照する事に安住する。」

これ（＝上記経文）は、安般念を修行して、第四禅に到達した禅修行者が、観禅を開始する段階を顕している。「身」とは何か？　パーリ経典《無礙解道》によると、身には三種類ある。すなわち、呼吸、所生身と名身である。これらは以前に、すでに解説し終えたので、皆は理解できたものと考える。

9　四界分別観の修行

（以下は、四界分別観の修行方法の紹介ですが、四界分別観は、正師なく一人で修行されないで下さい～訳者）。

私は、すでに、如何にして簡便に色法を識別するのかを説明した。今、私は一歩進んで、四界分別観を説明する。いまだ、四界分別観を修行する前、あなたは毎回の座禅において安般念を第四禅まで修行する。第四禅が極めて強力な光明を生じる時、あなたは四界分別観を修習することができる。これは、安般念禅修行者への提案である。

パーリ聖典は、以下の二種類の四界分別観の修行方法を紹介している。すなわち：簡略法と詳細法である。ここにおいて皆に説明するのは、利慧者に合致する簡略法と、もう一つ別の、簡略法では困難を覚える者への詳細法である。

仏陀は《大念処経》（Mahāsatipaṭṭhāna　Sutta）において、簡略法を教導している；

「同様に、比丘たちよ。比丘はこの身が、どの様な姿勢にあっても、それはただ諸界によって構成されているに過ぎない事を観察する；この身において、地界、水界、火界、風界がある。」

《清浄道論》（第 11 章）は更に一歩進んで解説する：

「故に、この業処を修習したい利慧者は、先に、静かな場所において独居し、己自身の全色身に念慮する：『この身の中において、堅（硬）性または固性は、地界であり、粘着性と流動性は水界であり、遍熟性または暖熟性は火界であり、支持性またｈ推進性は風界である。』と。彼は数を数えるが如くに作意を念慮し、また、『地界、水界、火界、風界』を観察しなければならないが、その意味は、（+存在するのは）界のみであって、有情でもなく、壽者でもない、という事である。

この様に精進するならば、久しからずして、諸界を識別し、区別した事による慧によって強化された定が生起する。自性法を所縁としているが故に、この定は安止に到達することができず、ただ近行定に到達するに過ぎない。

次に、たとえば、シャーリープトラ尊者が言う様な、身体の四個の部分が示す所の四界の中において、何等かの有情というものは無いのだという事、すなわち：『骨に因り、腱に因り、肉に因り、皮に包まれた空間を色と為す』。

彼は一つひとつの部分の中において、智の手によって、それらを分別する事を決意し、上に述べた方法でもって、それらを観察しなければならない。すなわち：『この身の中

において、堅（硬）性・・・安止定に到達することはできず、ただ近行定にのみ到達することができる。』

パオ森林僧院において教導されているのは、全身の四界を遍照する方法である、すなわち、地界の硬さ、粗さ、重さ、滑らかさ、軽さという六種類の性質；水界の流動性と粘着性という二種類の性質；火界の熱さと冷たさという二種類の性質；風界の支持性と推進性という二種類の性質である。

《法聚論》（Dhammasaṅganī）の中において記載されている六種類の特徴の、それらのパーリ語原文は：硬さ（kakkahḷaṁ）、柔らかさ（mudukaṁ）、粗さ（pharusaṁ）、滑らかさ（saṇhaṁ）、重さ（garukaṁ）、軽さ（lahukaṁ）。

流動性（paggharana）は水界であり、粘着性（ābandhana）または聚合（saṅgaha）は水界の現起（現象）である。

熱さ（uṇha）と冷たさ（sīta）はみな、火界の特徴である。

支持性（vitthambhana）は風界の特徴であり、推進性（samudīraṇa）は風界の作用である。

四界分別観を修習する時、必ず、逐一、12 種類の性質を識別しなければならない。

初心者には、通常、先に、比較的識別しやすい性質を（＋観察する様）教え、比較的（＋識別が）困難なものは後に残す。容易から、困難までを順序で言えば：推進性、硬さ、粗さ、重さ、支持性、柔らかさ、滑らかさ、軽さ、熱さ、冷たさ、流動性及び粘着性である。その中の一つの性質を観照し始める時、必ずや、先に、身体のどこかの一か所においてそれを識別し、その後に、これを全身にまで、遍照する様にする。

一、「推進性」の識別を開始する時、あなたは触覚によって、呼吸する時の頭部中央において感受する所の、推進性に注意を向ける。その推進性を識別できたならば、あなたはそれに専注し、あなたの心がそれをはっきりと明確に認識できるまで、修習する。

その後、あなたは注意力をその近くの、別の身体部分に移動させ、その場所の推進性を識別する。この様にして、ゆっくりと、あなたは先に、頭部の推進性を識別し、次に頸部、躯体、腕・手、太もも、足などに至る様にする。この様に、繰り返し何度も多数回修習し、注意力を、身体部分のどこにおこうとも、あなたは、非常に容易に、推進性を感じ取れる程に（＋修習）する。

もし、頭部中央において、呼吸の推進性を感じ取るのが困難である場合、呼吸をする時の、胸の拡張の推進性、または、腹部が移動する時の推進性を識別する様に、チャンレンジする。もし、これらの部分の推進性が不明瞭である場合、心が（＋ドキドキと）跳ぶ場合の脈拍の推進性、または、その他の何らかの形式の、明確な推進性を識別する；

移動の存在する場所に、推進性は存在する。どの箇所から識別を開始するにしても、常に、継続して、徐々に、透視力を育成して、あなたは、全身のどの部分においても、推進性を識別できる様に修習する。ある部分において、推進性は非常に明確であり、ある部分において、推進性は微弱でありえるが、そうであっても、推進性は確かに、全身のそれぞれの部分において、存在しているものである。

二、あなたが、推進性を識別して、それに満足を覚えた後、次に「硬さ」を識別する。

先に、歯において、硬さを識別する：歯を噛みしめてみて、その硬さを、感じ取る様にする。その後に歯を緩め、再度、歯の硬さ、堅さを感じ取る。硬さを感じ取ることができたならば、系統的に、頭から足まで、全身の硬さを遍照する。ちょうど、推進性と同じ様に修習するが、しかし、決して、身体を故意に固くしてはならない。

もし、全身の硬さを見ることができたならば、再度、全身の推進性を遍照する。推進性と硬さの二種類の性質の間を交代させて、頭から足まで、全身の推進性を遍照し、その後に、再度、全身の硬さを遍照する。繰り返し何度も、多数回、満足するまで修習する。

三、その後、「粗さ」を識別する。舌と歯を相互に摩擦してみるか、または手のひらでもって、もう一つの手の甲の皮膚をさすってみる。この様にすれば、粗さの性質を感じ取ることができる。その後に、前の述べた様に、系統的に、全身の粗さを識別する。

もし、粗さを識別することができないのであれば、再度、繰り返し、推進性と硬さを識別する。この様にすれば、粗さと推進性と硬さが共にある事を見ることができる。

粗さを見ることができた時、継続的に、頭から足までの、全身の推進性、硬さ及び粗さを遍照する。もし、同時にそれらを識別できるならば、その方が更によい。

四、全身の、この三種類の性質を識別する事に満足を覚えたならば、次に、全身の「重さ」を識別する事ができる。まず、両手を重ねて、真中に置き、それを足の上に乗せる。そうすれば、上の手（ママ）は重さを感じることができる。または、頭を前に垂らし、その重量感を感じる様にする。全身の重さを遍照できるまで、継続的、系統的に修習する。

その後に、逐一、全身の推進性、硬さ、粗さと重さの四種類の性質を、満足を覚えるまで識別する。

五、その後、あなたは全身の「支持性」を識別する。先に、背中の部分をリラックスさせて、身体を少し前かがみにし、その後に身体を真っ直ぐにして、それ保つ。身体の直立を保持し、それを静かに保つ時、その力は支持性である。継続して、系統的に、全身の頭から、足までの支持性を識別できる様になるまで修習する。もし、この様にするのが困難である時、あなたは支持性を識別すると同時に、堅さを識別してみるとよい。

というのも、この様にすれば、比較的支持性を識別する事が容易になるが故に。

支持性を容易に識別する事ができる様になったならば、あなたは全身の推進性、硬さ、粗さ、重さ、支持性を識別しなければならない。

六、この五種類の特徴を識別できる様になったならば、舌でもって、唇の内側を軽く押してみて、「柔らかさ」を感じる様にする。あなたの身体をリラックスさせて、系統的に、全身の柔らかさを識別できるまで、修行する。その後、あなたは逐一、全身の推進性、硬さ、粗さ、重さ、支持性、柔らかさを識別しなければならない。

七、次に、唾でもって、両唇を濡らす。その後に、舌でもってそれらを左右にこすって、「滑らかさ」の性質を感じる様にする。全身の滑らかさを遍照できるまで、継続して、系統的に修習する。その後に、逐一、全身の、上に述べた七種類の性質を識別する。

八、次に、一本の指を上下に移動させて、その「軽さ」の性質を感じる様にする。

もし、軽さを感じ取ることができたならば、それでよい。もし、不可能であれば、あなたは再度、重さを感じる様にする。全身の重さを感じ取った後、先ほど述べた方法を用いて、軽さを感じる様にする。全身の軽さを遍照できるほどに修習したならば、引き続き、逐一、全身の、上に述べた性質を識別する。

九、次に、全身の「熱さ」（または「暖かさ」）を遍照する。あなたは身体のどこか一か所の熱さが明確な部分から（＋修習を）始める。たとえば、両手を重ねて真中におき、次に、足の上に置き、その後に、両手が接触している所の熱さを感じる様にする。

通常、この事は非常に容易に実践することができる。系統的に、全身の熱さを識別する。

次に、あなたは九種類の性質を識別する。

十、次に、空気を吸う時の「冷たさ」を感じる様にする。その後に全身の冷たさを系統的に遍照する。すでに、十種類の、直接触から感じ取れる所の性質を識別することができた。しかし、流動性と粘着性という、この二種類の性質は、その他の十種類の性質から推理して得るしか方法がない。これが、なぜ、それらを最後に学び、修習するのかという理由である。

十一、「粘着性」を識別する為には、あなたは身体は、どの様にして、皮膚、筋肉、腱によって結合されているのかを覚察しなければならない。血液は、皮膚に包まれてあることによって、身体内部に維持されており、それは気球の中の水の様である。

もし、粘着の作用がないならば、身体は砕けて欠片になるか、顆粒状になる。

人が地面に立っている時の、地心の引力もまた、粘着の作用である。上に述べた様に、系統的に、各種の性質を識別する。

十二、「流動性」を識別する為には、あなたは唾が口に入る時の流動性、血管の中を血液が流れる流動性、空気が肺に入る流動性、または熱気が全身に存在する流動性を覚察する。上に述べた様に、系統的に、各種の性質を識別する。もし、粘着性または流動性を識別するのが困難な時、あなたは、繰り返し、逐一、前の十種類の性質を、全身において、識別しなければならない。熟練した後、あなたは粘着性の性質もまた、明確になっている事に気が付くであろう。

万一、粘着性がいまだ明確にならないならば、あなたは推進性と硬さの二種類の性質に関してのみ、何度も、専注する。最後に、あなたは全身が一本の縄で巻かれた様な感覚を覚えるが、これが粘着性の性質である。もし、流動性が明確にならないならば、あなたはそれを識別すると同時に、冷たさ、熱さまたは推進性を識別する様にする。この様にすれば、あなた流動性を識別できる様になるであろう。

全身の頭から足まで、明確に、12 種類すべての性質を識別する事ができたならば、あなたは、順序に従って、繰り返し何度もそれらを識別しなければならない。この様にして、己自身、充分に満足を覚えたならば、あなたは最初に説明した如くの順序、すなわち : 硬さ、粗さ、重さ、柔らかさ、滑らかさ、軽さ、流動性、粘着性、熱さ、冷たさ、支持性、推進性の順序を、改めて組み立て直さなければならない。この様な順序に従って、頭から足まで、一つひとつの種類の性質に関して、逐一、あなたが一分間にほぼ三回転できる程の、相当の速さで識別する事ができる様に修習する。

相対的な性質は：

硬さと柔らかさ；粗さと滑らかさ；重さと軽さ；流動性と粘着性；熱さと冷たさ；

支持性と推進性である。

もし、一対の中の、その一個の性質が強すぎる時、相対的な性質に対して、多く注意を払い、それをバランスする事。

たとえば：

流動性の性質が強すぎる時、粘着性に多く注意を払う；

または支持性が強すぎる時、推進性に多く注意を払う。

今、あなたは、身体全体の、12 種類の性質を、識別する事に熟練した。それらは明晰になり、また、それらが同時に顕現する様である時、あなたはそれらを地、水、火、風の四つのグループに分けて、観じなければならない。あなたは同時に、前の 6 種類の性質を、「地界」として識別しなければならない。その後に、同時に、流動性と粘着性を「水界」として識別しなければならない。次に、熱さと冷たさを「火界」として識別し、支持性と粘着性を「風界」として識別する。

あなたは継続して、それらを地、水、火、風として識別し、心をして平静にならしめ、かつ定力を獲得し、不断に繰り返し、100 回、千回、乃至は百万回、修習する。この段階において、ある一つの実用的なよい方法があるが、それは：一つひとつの界を、同時に全身において遍照するのである。心をして平静を保たせしめ、かつ安定させるために、前に述べた様な、注意力を、身体の一部分から、別の一部分へ移動させるのではなく、今は、同時に、全身を遍照することができる。

通常、最もよい方法は、肩の後ろから全身を遍照する事である。また、頭の頂点から下に向かって全身を遍照するのもよい。しかし、この方法は、ある種の禅修行者にとっては、身体の緊張と諸界のバランスの喪失を齎す事がある。

《清浄道論》の註解である《大疏鈔》は、以下の、定力を育成する為の 10 種類の観察方法に言及している；すなわち：順序よく、速すぎない、遅すぎない、干渉を避ける、概念を超越する、不明確なものを捨てる、諸々の相を明確に識別すると同時に、《増上心經》（Adhichtta Sutta）、《無上清涼經》（Anuttara sītibhāva Sutta）及び《覚支經》（Bojjhaṅga Sutta）の方法に基づいて修行する事。

一、順序よく（anuoubbato）：ここでいう順序とは、仏陀の教導した順序を言う、すなわち：地、水、火、風である。

二、速すぎない（nātisīghato）

三、遅すぎない（nātisaṇikato）

もし、識別（+の速度）が速すぎる時、四界は不明確になる。もし、識別が遅すぎる時、あなたは禅修の成就に到達することができない。

四、干渉を避ける（vikkhepapaṭibāhanato）：四界分別観を修習して、定力を育成しようとする時、あなたは心をして、ただ、禅修の対象にのみ専注せしめるべきである、すなわち四界、それをして、その他の対象に移動せしめてはならない。

五、概念を超越する（paññattisamatikkhamanato）：心がただ「地、水、火、風」と念じるだけでは不可である。（＋念じると）同時に、それらが代表する所の真実の内容、すなわち：硬さ、粗さ、重さ、柔らかさ、滑らかさ、軽さ、流動性、粘着性、熱さ、冷たさ、支持性と推進性に注意を向ける事。

六、不明確なものを捨てる（anupaṭṭhānamuñcanato）：あなたが、12 種類すべての性質を識別する事に熟練した後、次には、四種類のグループに分けて、専注力を育成する時、まずは暫定的に、不明確、不鮮明な性質のものを捨てることができる。しかし、もし、この様にした結果、諸界のバランスを失って、痛みや身体の緊張を招くならば、この様にしてはならない。

また、一つひとつの界において、あなたは少なくとも一つの性質を残しておかねばならない、ただ三界のみ、二界のみ、一界のみで四界分別観を修行してはならない。最もよいのは、12 種類のすべての性質において、みな明確・明晰であって、どの性質も捨てる事のない（＋のがよい）。

七、諸々の相を識別し明確にする（lakkhaṇato）：あなたが禅修の修行を始めた時で、一つひとつの自性相（sabhāva-lakkaṇa、すなわち特徴）がいまだ不明確・不鮮明であるならば、それらの作用（または現起）を専注してもよい；定力が比較的向上して来たとき、あなたは一つひとつの界の自性相に専注しなければならない、すなわち：地界の硬さと粗さ；水界の流動性；火界の熱さと冷たさ；風界の支持性である。この時、あなたはただ、各種の界を照見するのみであって、それらを「人」でもなく、「私」でもなく、照見する事。

八、九、十：疏鈔では、（八）《増上心經》（Adhicitta Sutta／Nimitta Sutta）、（九）《無上清凉經》（Anuttarasītibhāva Sutta）及び（十）《覚支善巧經》（Bojjhaṅga -

kosalla　Sutta）に基づいて修行せよと言う。この三部の經は、修行者に信、精進、念、定、慧の五根（indriya）のバランスと、念、択法、精進、喜、軽安、定、捨の七覚支のバランスを教導している。この三部の經に関して：その義は以下の通りである：

すなわち《増上心經》、《無上清凉經》、《覚支善巧經》は、精進と定を連動させる目的をもつものである。私は、五根のバランスと七覚支について深く理解できる様に、逐一、これらの經の経文を引用して（説明する）。

9-1《増上心經》

　ここにおいて、この經は「増上心」と関係がある事を理解しなければならないが、それは、止禅心と観禅心の事である：

「比丘たちよ。増上心を務め修習する比丘は、常に三相を作意するべきである。

（一）常に定相を作意する事。

（二）常に精勤相を作意する事。

（三）常に捨相を作意する事。

もし、増上心に務め修習する比丘に、ただ定相の作意のみがあるならば、その心は怠惰になる可能性がある。

もし、増上心に務め修習する比丘に、ただ精勤相の作意のみがあるならば、その心は、浮ついたものになる可能性がある。

もし、増上心に務め修習する比丘に、ただ捨相の作意のみがあるならば、その心は、漏尽に到達する事ができないが故に、正確に専注することができない。

しかしながら、比丘たちよ、増上心を務め修習する比丘は、常に定相を作意し、常に精勤相を作意し、かつ、常に捨相を作為し、その心は柔軟になり、作業に適合し、極めて光浄（＝清らかで光り輝いている）で、脆弱でなく、漏尽に到達して、正確に専注することができる。

比丘たちよ、善くて巧みな金細工師または金細工師の徒弟が、溶炉を準備してそれを燃焼しようとする時、いまだ製錬していない金を鋏で挟んで、溶炉に入れる。彼は常にそれの為に火を煽り、それに対して、常に水を掛け、常にそれを見守る。もし、当該の金細工師または金細工師の徒弟が、いまだ製錬されていない金の為に、ただ火を煽るだけであるならば、それは焼け過ぎになってしまう；もし彼がただ水を掛けるだけであるならば、それは冷えてしまう；もし、彼がただ見守るだけであるならば、それは正確な製錬を得ることができない。

しかしながら、もし、金細工師または金細工師の徒弟が、常にいまだ製錬されていない金の為に、常に火を煽り、常に水を掛け、常に見守るならば、それは柔軟なものに変化し、作業に適合し、極めて明るく輝き、脆弱でなく、正確に打ちたたかれることができる；彼がどの様な装飾品を造りたいと思っても、金塊でも、指輪でも、首飾りでも、ティアラでも、彼は彼の思い通りに造る事ができる。

同様に、比丘たちよ、増上心に精勤し修習する比丘は、常に三相を作意しなければならない。

（一）常に、定相を作意する事

（二）常に、精勤相を作意する事

（三）常に、捨相を作意する事

比丘たちよ、増上心に精勤し修習する比丘は、常に定相を作意し、常に精勤相を作意し、かつ、常に捨相を作意し、その心は柔軟になり、作業に適合し、極めて清らかに光り輝き、脆弱でなく、漏尽に到達する事によって、正確に専注することができる。

もし、チャンスがあるならば、それはすなわち、彼が今生において八定を証得し、また、過去世において充分な波羅蜜を蓄積しているならば、彼は、己自ら智を証する事を通して、能力を獲得して、結果、見証者になることができ、その時彼は、どの様な心の趣向をも、見証することができ、親証智（＝己自ら証した智）を通して証悟した所の法を、見証することが出来る。」

9-2《無上清凉經》

この経は、無上清凉なる涅槃と関連のある経である：

「比丘たちよ、比丘に六法がある時、彼は無上清凉なる涅槃を証悟することができる。ここにおいて、比丘たちよ、

（一）心を抑制するべきである時、彼は、心を、抑制することができる；

（二）心をして精勤せしめるべきである時、彼は心をして精勤せしめる事ができる；

（三）心をして激励せしめるべきである時、彼は心をして激励せしめる事ができる；

（四）中捨によって傍観するべきである時、彼は中捨によって心を傍観することができる；

（五）彼は無上清凉なる涅槃を証悟せんと決意する；

（六）彼は涅槃において、楽しむ。

この六法を擁する比丘は、無上清涼なる涅槃を証悟することができる。」

9-3《覚支善巧經》（または《火經》）

安止の善巧に関して解説する時、「比丘たちよ、心が軟弱で無力の時、それは覚支を強化する時ではない・・・」の経文に関連して、覚支の善巧（＝覚支の善くて巧みな様子）については、すでに説明した。

この經の簡単な含意とは：心が軟弱で無力な時、それは軽安覚支、定覚支と捨覚支を強化する時ではなく、それは、択法覚支、精進覚支、喜覚支を強化する時である。

心が激動する時、または浮つく時、択法覚支、精進覚支、喜覚支を強化する時ではなく、軽安覚支、定覚支、捨覚支を強化する時である。

みなは、《増上心經》、《無上清涼經》及び《覚支善巧經》の原文を、各自参考にされたい。

四界に基づいて引き続き定力を育成して、近行定に向かう時、異なる種類の光が見える様になる。ある種の禅修行者にとって、その始まりの段階では、光は煙の様に見える。

もし、灰色の光の四界を識別する事を続けるならば、それは白い綿花の様になり、その後に、白く輝く雲の様になる。この時、全身は、一塊の白い色の物質に変化する。

引き続き、白色の物質の中の四界を識別するならば、それは、氷の塊か、またはガラスの様に、透明で輝く様になる。

この明浄（＝清らかで光っている）な色法は五根であり、また「浄色」（pasāda　rūpa）とも言う。その中の身浄色（kāya　pasāda）は全身に分布している。この段階においてみることができる身浄色、眼浄色、耳浄色、鼻浄色及び舌浄色は、塊の状態である、というのも、三種類の「密集」がいまだ看破されていなが故に。

もし、引き続き、透明体の中の四界を識別しつづけるならば、それは、発光して、光芒を放つ。もし、この光が少なくとも半時間出現するならば、その後、あなたが透明体の中の空界（小さな空間）を識別するならば、当該の透明体は、粉々に砕けて多くの、名を「色聚」（rūpa　kalāpa）と言う極微な粒子になる。名を「心清浄」（citta　visuddhi）と呼ばれる段階まで来たなら、その後には、色聚を分別して、「見清浄」（diṭṭhi　visuddhi）を育成することができる。しかしながら、もし、あなたの定力の光がいまだ、その強さが足りない時で、その他の止禅を修習したいと思う時、その場合は、あなたが色聚を見る前に、止禅の修習に転換するのがよい。この時、あなたは 32 身分を修習し、その後に、その中の一個の身分を選んで、その不浄を観じて、初禅を証得するまで、定力を育

成するか、または、その中の一個の身分の色彩を選んで、第四禅を証得するまで、色遍禅（kasiṇa）を修習してもよい。その後は、慈心観、仏随念、不浄観及び死随念の四種類の護衛禅に転換して、修習する。

もし、禅修行者が純観行者（suddha vipassanā yānika）である場合、彼は、透明体を見ることができるまで、かつ、その近行定に光が極めて明るくなるまで、四界のそれぞれの性質を識別し、その後に諸々の色聚を識別できる様になるまで修習しなければならない。

10　色聚の分析方法

10-1　四界の識別方法

色聚は「明浄（＝明るく清らかな様）」と「非明浄」の二種類に、分けることができる。そして、唯一「浄色」（pasāda rūpa）を含む業生色聚だけが、明浄である。

あなたは、先に、個別の色聚の中の地、水、火、風の四界を識別する事を修習しなければならない。色聚が見え始めた時、禅修行者は、それらが非常に迅速に生・滅する事を発見する。この時、彼はいまだ諸々の色聚を分別する能力を擁していないが故に、見える所の色聚は、なお、体積を持つ極微な粒子である。

これは、彼がいまだ三種類の密集、すなわち、相続密集、構成密集、作用密集を看破していないのが原因であり、故に、いまだ概念の境に停留しており、いまだ究極法の境地には至っていない。いまだ構成と形状の概念を断じ除く前、（＋禅修行者には）なお「小さな粒」または「小さな塊」の概念が存在する。もし、更に一歩進んで諸界（dhātu）を分別することなく、これらの極微の小粒子の生・滅を観照して、観禅の修習とするならば、彼は、ただ、概念を目標として、観禅の修習をしているに過ぎないのである。

こうしたことから、禅修行者は、更に一歩進んで、諸界を分別し、究極色法を見る事を得なければならない。

まず、個別の明浄と非明浄の色聚の中の地、水、火、風の四界を識別しなければならない。もし、色聚が極めて迅速に生・滅する為、単一の粒の色聚の中の四界を識別することができないのであれば、それらの生・滅に注意を払ってはならない。ちょうど、逢いたくない人に逢った時に、彼を見ても知らぬ顔をするのと同じ様に、それらの生・滅に注意を払わず、単一の粒の色聚の中の四界に専注し、それを知っていればよい。

もし、未だ成功しないのならば、あなたは再度、安般念を修習して、第四禅に到達する様にする。第四禅の光が極めて明るく輝く時、あなたは再度同時に、色聚が見えるまで、全身の四界に注意を払う。

この時、あなたは、同時に、全身の地界に注意を払い、その後に再度、単一の粒の色聚の中の地界に注意を払う。

次に、同時に全身の水界に注意を払い、その後に再度、単一の粒の色聚の中の水界に注意を払う。

次に、同時に全身の火界に注意を払い、その後に再度、単一の粒の色聚の中の火界に注意を払う。

最後に、同時に全身の風界に注意を払い、その後に再度、単一の粒の色聚の中の風界に注意を払う。

この様に修行すれば、あなたは明浄と非明浄の色聚の中の四界を識別する事ができる。

次に、あなたは同時にそれらを識別する修習をしなければならない。この修習に成功したならば、あなたは、順序よく、眼処、耳処、鼻処、舌処と身処および意処という、この六種類の処の中の明浄と非明浄色聚の中の四界を識別しなければならない。

もし、いまだ成功する事ができないならば、あなたは、一つひとつの性質を、逐一、識別しなければならない。あなたは、再度、安般念を修行して、第四禅に到達する。

第四禅の光が極めて明るく輝く時、あなたは、色聚が見えるまで、全身の四界に注意を払わなければならない。この時、あなたは同時に、全身の硬さに注意を払い、その後に、再度、単一の粒の色聚の中の硬さに注意を払わねばならない。単一の粒の色聚の中の硬さを明確に識別することが出来るまで、あなたは何度も、繰り返し、交互に識別をする。

その後に、地界のその他の性質を識別する、たとえば、粗さと重さである。

一粒の色聚の中において、たとえば、硬さ、粗さ、重さは明確であり、柔らかさ、滑らかさ、軽さは明確ではない。その反対もまた然りである。同様に、一粒の色聚の中において、熱さが明確な時、冷たさは明確ではなく、その反対もまた然りである。

こうしたことから、一粒の色聚の中には、八種類の性質を見ることができる：

●硬さ、粗さ、重さ、流動性、粘着性、熱さ、支持性と推進性：または

●硬さ、粗さ、重さ、流動性、粘着性、冷たさ、支持性と推進性：または

●柔らかさ、滑らかさ、軽さ、流動性、粘着性、熱さ、支持性と推進性：または

●柔らかさ、滑らかさ、軽さ、流動性、粘着性、冷たさ、支持性と推進性。

もし、あなたが単一の粒の色聚の中の、この八種類の性質を逐一、識別する事ができたならば、同時に識別するそれらの数を、徐々に増やしていく様にチャンレンジするべきである。たとえば、同時に、硬さと粗さの、二種類の性質を識別する、など等である。

10-2　色、香、味、食素（＝栄養素）の識別

色（色彩、vaṇṇa）：またの名は色所縁（rūparammaṇa）と言う、一粒一粒毎の色聚の中には、皆これがあり、かつ、非常に容易に識別できる色法である。

香（匂い、gandha）：一粒一粒毎の色聚の中には、みな、この色法が含まれる。先に、あなたは鼻浄色と有分の両者を識別しなければならない。

鼻の中の四界を識別すれば、あなたは非常に容易に、鼻の中の、正確な色聚（すなわち：鼻十法聚）の中にある、鼻浄色を見ることができる。あなたが六処門の明浄と非明浄色聚の中の四界を識別する事に成功したならば、あなたは、非常に容易に明るい有分を見ることができる。それは心臓の中の心所依処に依存して生起する。心所依処とはすなわち、 心色十法聚（hadaya　dasaka　kalāpa）の中の心色である。

鼻浄色と有分を識別した後、あなたは一粒の色聚を選んで、その香を識別する。あなたは香が同時に鼻浄色と有分を打つのを見ることができる。香は、一種の、鼻識または意識によって認知することができる法である。鼻識は、鼻法色に依存して生起し、有分と意識は、心所依処に依存して生起する。これが、色聚の中の香を識別しようとする時、なぜ、先に、識知と香と関係のある、鼻浄色と有分を、観察しなければならないのか、という理由である。

味（味、rasa）：一粒一粒毎の色聚の中において、みな、この色法は存在している。

舌浄色と有分の両者を同時に識別する時、選らんだ色聚の味もまた識別する。舌の上の唾液の味を識別する事から始める。香と似て、味は一種の、舌識によって、または意識によって認知する事のできる目標である、故に、先に舌浄色と有分の両者を識別しなければならない。

《迷惑氷消》の中において、以下の様に言う：

Sabbopi panessapubhedo manodvārika javaneyeva labhati.

——「意門速行心によるだけであっても、一切の異なる目標を識知することができる。」

これは、意識（すなわち、観智心路過程）のみによっても、色、香と味を識知できる、という事を顕している。禅修行者が深く入れない時、己自身が、どの様にして、意識でもって、香と味を認知しているのかという事を修習するにあたって、鼻識と舌識をして、その修習に協力せしめることができる。

食素（ojā、栄養素）：一粒一粒毎の色聚の中には、みな、この色法が存在している。四種類の食素があるが、すなわち、業、心、時節、食から生じるものである。どの一粒一粒の色聚の中においても、一滴の油の様な食素を見ることができる。この食素によって、色聚は、重複して増加し、または生起することができる。

（色聚の重複して生起する方式に関しては、後に解説する）

10-3　命根、性根色、心色の識別

命根（jīvita）：

この色法は、それと同じ一粒の色聚の中の業生色の姓名を維持する。心生、時節生と食生色聚の中には、命根はなく、唯一、業生色聚の中においてのみ、命根は存在する。一切の明浄色聚はみな、業生によって生じるが、故に、あなたは先に、明浄色聚の中の命根を、識別しなければならない。あなたは、先に明浄色聚を識別し、次にその中の命根色を識別する。命根色は、ただ、それと同一の一粒の色聚の中の色法を維持するのみであり、その他の色聚の中の色法を維持する事はない。識別する時、あなたはそれがまさに、移動する小さな点に見えるが、それは、それと同一の一粒の色聚の中のその他の色法を維持しているのである。この移動と維持の作用は、その俱生色法の因である。明浄色の中の命根色を識別した後、非明浄色聚の中の命根色も識別しなければならない。身体の中において、三種類の非明浄色聚に命根が存在している。

その内の一種類が、唯一、心臓の中にのみ存在する所の「心色十法聚」である。その他の二種類、すなわち「性根十法聚」（bhāva dasaka kalāpa）と「命根九法聚」（jīvita navaka kalāpa）は、全身に分布いている。故に、もし、心臓の外にある非明浄色聚の中において、命根を見る事ができたならば、当該の色聚は、必ずや性根十法聚または命根九法聚である。この二者を区別する為に、あなたは、次に、性根色を識別しなければならない。

性根色（bhāva　rūpa）：

性根十法聚は、非明浄色聚であり、六処すべての中において、見つける事ができる。明浄色聚と非明浄色聚内の命根を識別した後、あなたは命根の存在する非明浄色聚の内において、性根色を観察しなければならない。もし、性根色が存在するならば、それは性根十法聚であり、命根九法聚ではありえない。男性には男根色のみが存在し、女性には女根色のみが存在する。男根色は、我々をして「この人は男性である」という素質を知らしめるもので、女根色は、我々をして「この人は女性である」という素質を知らしめるものである。あなたが性根色を識別できた時、次には引き続き、眼、耳、鼻、舌、身体及び心所依処という、全身の六処門の中の性根色を、逐一、識別する。

心色（hadayarūpa、または心所依処色と呼ぶ）：

これは有分（または意界 manodhātu、または意門　manodvāra と呼ぶ）と意識界（mano - viññāṇadhātu）を支える色法である。眼、耳、鼻、舌、身の五識以外の、その他の心は、意識界の内に含まれる。心色は意界と意識界が依存する所の色法であり、その特徴は、それらが依存する所の色法である。心色を識別する時、先に、有分に専注し、その後に、有分と意識界を支える色聚を識別する。あなたは有分の下方において、これらの色聚を見つける事ができる。それらは、非明浄色聚であり、その中の心色は意界及び意識界の支えである。もし、この様にしても、心色を識別することができないのであれば、あなたは一本の指を曲げてみれば、指を曲げたいと思う心が、有分の中において生起するのを見ることができる。その後に、それらの心は、どの様な色法に依存して生起するのかを観察する。当該の色法はまさに、心色十法聚の中に存在する所の、心色なのである。

10-4　五浄色の識別

目の中には、色々な種類の色聚があるが、それは、ちょうど米粉と小麦粉が混ざった様な状態と、同じである。目の中には、二種類の、まじりあって、一緒になった浄色がある；眼浄色と身浄色である。これは、目の中の眼十法聚と身十法聚が、まじりあって、一緒になっている、という事を意味する。身浄色を含む身十法聚は、全身の六処門に分布している。それは、目の中においては、眼十法聚と、耳の中においては、耳十法聚と、鼻の中においては、鼻十法聚と、舌の中においては、舌十法聚と、心臓の中においては、心十法聚と混じり合って共にある、という事である。性根色を擁する性根十法聚もまた、全身の六処門において分布していて、明浄色聚と混じり合って、共にある。もし、それらを識別するのであれば、あなたは先に、浄色を識別しなければならない。

眼浄色（cakkhu　pasāda）：

眼浄色は、色彩（色塵）の衝撃に敏感であり、身浄色は、触塵による衝撃に敏感である。この、目標（所縁）に敏感（＋な様）が異なっている事が、あなたをして、どれが眼浄色で、どれが身浄色であるかを、分別せしめ、知らしめることができる。

先に、目の中の四界を識別し、その後に、一粒の明浄色聚を選んで見る、その後に、少し遠くにある一塊の色聚の色彩を見るが、もし、選んだ浄色に、色彩が衝撃するのを見るならば、それがすなわち、眼浄色であり、その眼浄色を含む色聚は、すなわち、眼十法聚である。もし、その色彩が、（＋あなたの）選んだ浄色を衝撃しないならば、それは眼浄色ではなく、身浄色である、というのも、目の中には、二種類の浄色があるが故に。

身浄色（kāya　pasāda）：

身浄色は、触塵の衝撃に敏感である。触塵とはすなわち、地、火と風の三界である。

先に、一粒の明浄色聚を選び見て、その後に、近くにある、一粒の色聚の中の地、火、風界に注意を払うが、もし、この三界の内の一つが、（＋あなたの）選んだ浄色を衝撃するならば、それはすなわち、身浄色であり、身浄色を含む色聚とはすなわち、身十法聚である。目の中の身十法聚を識別するのと同じ様に、あなたは、耳、鼻、舌、身体と心臓の中の身十法聚を識別しなければならない。

耳浄色（sota　pasāda）：

耳浄色は、音塵の衝撃に敏感である。先に、耳の中の四界を見て、次に一粒の明浄色聚を見、その後に、音を聞き、もし、当該の音が選び見た浄色を衝撃するならば、それは耳浄色であり、耳浄色を含む色聚は、すなわち、耳十法聚である。身十法聚の識別方法は、すでに述べた。

鼻浄色（ghāna　pasāda）：

鼻浄色は、香塵の衝撃に敏感である。先に、鼻の中の四界を見て、次に一粒の明浄色聚を見、その後に、一粒の色聚の香を嗅ぎ、もし、当該の香が選び見た浄色を衝撃するならば、それは鼻浄色であり、鼻浄色を含む色聚は、すなわち、鼻十法聚である。

舌浄色（jivhā　pasāda）：

舌浄色は、味塵の衝撃に敏感である。先に、舌の中の四界を見て、次に一粒の明浄色聚を見、その後に、その近くの一粒の色聚の味を味わってみて、もし、当該の味が、選

び見た浄色を衝撃するならば、それは舌浄色であり、舌浄色を含む色聚は、すなわち、舌十法聚である。眼処の色聚を識別するのと同じ様に、舌処の色聚を識別する。

身十法聚と性根十法聚は、六処門すべてのに存在している、故に、一つひとつの処門毎に、それらをみな、識別しなければならない。

10-5　心生色の識別

一生の内において、（結生心を除いて）一切の、心所依処に依存して生起する所の、意界と意識界はみな、多くの、全身に分布する所の、心生食素八法聚（citta　ojā　aṭṭhamaka　rūpa　kalāpa）を、生じることができる。

故に、もし、有分を観察するならば、あなたは多くの、心所依処に依存する所の、心識が、不断に、色聚を生産していることを、見ることができる。もし、（＋修習の）始めに（＋それを）明確に知ることができないのであれば、有分を観察した後、一本の指を何度か折り曲げてみる。この様にすれば、あなたは、心が指を移動させ様として、多くの、全身に分布する所の、色聚を生じせしめる事を、見ることができる。これらはみな、八個の色法を擁する、非明浄色聚である。

10.6　時節生色の識別

一切の、色聚の中の火界は、また時節（utu）とも言う。火界は、新しい色聚を生む、すなわち：時節生食素八法聚（utuja　ojā　aṭṭhamaka　rūpa　kalāpa）（第一世代時節生色聚）である。この新しい代の、時節生色聚の中の火界もまた、時節生食素八法聚（第二世代）を生じることができる。もし、第一代の色聚を産じた火界が、業生色聚由来である場合、上に述べた過程は、持続的に、四または、五代の時節生色聚を生じることができる。色法の法則によれば、時節が住時（ṭhita　kalā）に来た時にのみ、新しい色聚を、生むことができる。

時節生食素八法聚もまた、食素である。それは、食生食素及び消化の火界の支えの下、新しい食生食素八法聚を、生じせしめる事ができる。故に、あなたはそれが火界であるのか、または、食生によって生じた、新しい色聚であるのか、この点に、注意を払わねばならない。

心生火界というものもある。普通欲界心が、心生食素八法聚を生じせしめる時、これらの色聚もまた、時節の火界と呼ばれる。この火界は、新しい時節生食素八法聚（心生火界によって生じた第一世代）を生じることができる。

この新しい一世代の時節生色聚の中の火界はまた、時節生食素八法聚を、生じることができる。この過程は、二代または三代、持続する。

もし、第一世代の色聚の火界が、遍作定、近行定、安止定、観禅、道または果心から生じたものであるならば、その慧または定の強弱（+の程度）に基づいて、この過程は、多くの代を持続することができる。これらの時節生色聚は、単に、体内において生じる事ができる以外に、体外に向かって、散布することもできる。

時節が住時（ṭhika　kalā）の時に限って、この種の、繰り返し色聚を産する過程が、発生する。心生色聚もまた食素である、それが食生食素と消化の火界の支援の下、それは、新しい食生食素八法聚を産することができるが、しかし、それは体内においてのみ生じることができ、体外では、生じる事ができない。次に説明する、食生色聚もまた、時節の火界と呼ばれる。

時節が、住時（ṭhika　kalā）になった時、それは多くの代の、時節生食素八法聚を、生むことができる。通常、もし、第一世代の色聚の火界が、食生色聚から来ている時、この過程は、10　から　20 代持続することができる。ただ、もし、特別な食べ物、たとえば、天界の食べ物であったりすれば、この過程は、非常に長い時間を、維持することができる。この様に生じた時節生食素八法聚もまた、食素である。それが、食生食素及び消化の火界の支援を受けた時、それは、体内において、多くの代の食生食素八法聚を産することができる。

10-7　食生色の識別

《清浄道論》の中において、胃中物、糞、膿と尿という、この四種類の身分は、時節生食素八法聚によって構成されている、と言及されている。業生命根九法聚の消化の火の支援の下、胃中物の中の時節生食素は、多くの代の、全身に分布する所の色聚、すなわち：食生食素八法聚を生じせしめる事ができる。一日の内に食した食物は、食生色聚を生じせしめる事ができるが、その長さは、七日間であり、また、天界の食物は、食生色聚を一か月または二か月の長きに亘って生じせしめる事ができる。一日の内に食した食物もまた、それを食べた後の七日間、業生、心生と時節生色聚の中の食素を支えることができる。

先に生じた食生色聚の食素は、後で生まれた食生色聚の食素及び業生消化の火の支援の下、それは 10、または 20 代の食生色聚を生じせしめる事ができる。あなたは食事の時に、観禅の修習をして、これらの現象を観察することができる。先に、口、喉、胃と腸内の食物の四界を識別すれば、あなたはそこにある色聚を見ることができる。次に、

これらの色聚の食素が業生消化の火の支援の下、全身に散布する所の食生色聚を生じるのを識別する。

または、あなたは食後の後に、これらの現象を観察することもできる。順序に従って、定力を育成した後、あなたは胃または腸の中の、先ほど食べたばかりの食物の四界を、食物の中の色聚の食素が業生消化の火の支援の下、全身に散布される所の食生色聚が生じるのを観察する。その後に、あなたはこれらの非明浄色聚の中の八種類の色法を識別しなければならない。

次に定力を育成して、その後に、目の中に散布される食生色聚を識別し、またそれの八種類の色法を識別し、その中の食素は食生食素である事を確認する。この食生食素が、眼十法聚の中の業生食素に出会うと、通常、それは後者を助けて、四または五代の食生色聚を生じせしめる。一体、何代生じるのかという問いは、業生食素と食生食素の強度に依る。また、この四または五代の食生色聚は、時節の火界とも呼ばれるが、状時節が住時に到達した時、それは多くの代の時節食素八法聚を生じることができる。あなたは身十法聚、性根十法聚などの、その他の業生色聚の中の食素もまた観察しなければならない。それがどの様にして、食生食素の支援の下、四または五代の食生色聚を生じせしめるのかを観察するのである。また、この四または五代の色聚の時節が、多くの代の時節食素八法聚を生じせしめるのを識別しなければならない。

一粒一粒毎の心生色聚の中には、みな、食素が存在している。この心生食素が、食生食素の助力を得た場合、それは二、から三代の食生色聚を生じることができる。止禅、観禅、道または果の心は、体内において、多くの代の心生食素八法聚を生じることができ、またこれらの色聚の中の火界は、体内及び対外において、時節生食素八法聚を生じせしめる事ができる。禅の修習の時に生じる光明とはすなわち、これら心生色聚と時節生色聚を来源とする、極めて明るい色彩界である。一粒一粒毎の、時節食素八法聚の中にも、また食素は存在している。それは、食生食素及び消化の火界の支援の下、10 から 12 代の食生食素八法聚を生じることができる。食生食素八法聚の中の火界もまた多くの代の時節生食素八法聚を生じせしめる事ができる。

食物によって生じ、目に到るまで散布される所の食生食素八法聚に関する説明を終えた。これらの色聚の中の食素は食生食素である。先に生じた食生色聚の食素は、後で生じた食生色聚の食素及び業生消化の火の支援の下、それは 10 から 12 代の食生色聚を生じることができる。どれほどの代生じるかは、食物の品質と業生消化の火の力に依る。食生食素八法聚の中にも火界はあり、多くの代の時節生食素八法聚を生じることができる。

時節と食素は、みな、住時にのみ、新しい色聚を生じることができる。色聚が生じる時、何代であろうとも、最後の一代の時節と食素は、新しい時節生色聚と食生色聚を生じることができない。あなたはこれらの説明を細心に閲読し、以下の表を参考し、一人の良き師の指導の下、正確に、系統的に、禅の修習を実践しなければならない。この様にすれば、あなたは、業、心、時節及び食という、四個の原因によって生じる色聚を識別することに熟練することができる。目の中の色法を識別するのと同じ様に、あなたはその他の五処門及び 42 身分の一切の色法を識別しなければならない。

眼門 54 色

	眼十法聚	身十法聚	性根 十法聚	心生 八法聚	時節生 八法聚	食生 八法聚
1	地界	地界	地界	地界	地界	地界
2	水界	水界	水界	水界	水界	水界
3	火界	火界	火界	火界	火界	火界
4	風界	風界	風界	風界	風界	風界
5	色彩	色彩	色彩	色彩	色彩	色彩
6	匂い	匂い	匂い	匂い	匂い	匂い
7	味	味	味	味	味	味
8	食素	食素	食素	食素	食素	食素
9	命根	命根	命根			
10	眼浄色	身浄色	性根色			
	業生 明浄	業生 明浄	業生 非明浄	心生 非明浄	時節生 非明浄	食生 非明浄

《この表は、耳門、鼻門、舌門、身門及び意門にも適用する》

（食素＝栄養素）

※耳門、鼻門、舌門に関しては、読者各自によって耳十法聚、鼻十法聚、舌十法聚に変更する。意門に関しては、心色十法聚に変更するものであるが、しかし、この色聚は非明浄である。身門は 44 種の色法となる。

※※ 耳門、鼻門、舌門に関しては、各自、耳浄色、鼻浄色、舌浄色と変更する。

意門に関しては、心色と変更する。

眼十法聚は光（色塵）の衝撃に対して、敏感である。

身十法聚は触塵（地、火、風）の衝撃に対して、敏感である。

耳十法聚、鼻十法聚、舌十法聚は、それぞれ音塵、香塵、味塵の衝撃に対して、敏感である。心色は意界と意識界を支える。

10-8　四界分別観詳細法：42 身分

身体における、20 個の部分は地界が最も顕著である、すなわち：

1、頭髪（kesā）　2、体毛（lomā）

3、爪（nakhā）　4、歯（dantā）

5、皮膚（taco）　6、肉（maṁsaṁ）

7、腱（nahāru）　8、骨（aṭṭhi）

9、骨髄（aṭṭhimiñjaṁ）　10、腎（vakkaṁ）

11、心臓（hadayaṁ）　12、肝（yakanaṃ）

13、膜（kilomakaṁ）　14、脾（pihakaṁ）

15、肺（papphasaṁ）　16、腸（antaṃ）

17、腸間膜（antaguṇaṁ）　18、胃中物（udariyaṁ）

19、糞（karīsaṁ）　20、脳（matthaliṅgaṁ）

この 20 個の部分の中で、胃中物と糞を除いて、その他の一つひとつの部分には、みな、44 種類の色法がある、すなわち身門表に示す通りである。胃中物と糞には、ただ時節生八法聚のみが存在するため、八種類の色法という事になる。

身体における 12 個の部分は、水界が最も顕著である、すなわち：

1、胆汁（pittaṁ）　2、痰（semhaṁ）

3、膿（pubbo）　4、血（lohitaṁ）

5、汗（sedo）　6、脂肪（medo）

7、涙（assu）　8、脂膏（vasā）

9、唾（kheḷo）　10、鼻水（siṅghānika）

11、関節潤滑液（lasikā）　12、尿（muttaṁ）

この 12 の部分の中において、膿、汗、涙、唾、鼻水と尿を除いて、その他の一つひとつの部分には、みな、44 種類の色法がある、すなわち身門表に示す通りである。

膿と尿には、ただ時節生八法聚のみがある為、八種類の色法しかない。汗、涙、唾と鼻水には、心生と時節生八法聚が存在する、故に 16 種類の色法となる。

身体の一つひとつの部分の色法を識別できる様になる為には、あなたは先に、系統的に定力を育成し、その後に表に示した通りの六処門の諸々の色法を識別しなければならない。もし、この様に修習できるならば、また別に身体の一個の部分を選んで、その中

の四界を照見するが、その時、当該の部分が透明になったならば、その中の空間を観察する。この様にすれば、当該の部分を構成する所の、多くの色聚を見ることができる。

禅修の力が強い時、また別の一個の部分を選んで、その中の四界を見る。その時、即刻、多くの色聚を見ることができる。色聚が見えたならば、それらを個別に：業生色聚、心生色聚、時節生色聚及び食生色聚として識別する。

体毛と毛髪の中の色聚を識別する時、あなたは皮膚の内部にある毛髪の根の部分の44種類の色法を識別しなければならない。というのも、皮膚の外部の毛髪の、身十法聚は、非常に少ない為、識別が困難であるが為に。指の爪と足の爪に関しても、あなたは、肉の根に近い部分を識別する様にする。

身体の4個の部分は、火界が最も顕著である、すなわち：

1、身体を暖める火（santappana　tejo）

2、成熟と老化に到る火（jīrana　tejo）

3、発熱の火（ḍaha　tejo）

4、消化の火（pācaka　tejo）

この四個の部分は、地界または水界が最も顕著である所の部分とは異なっていて、それらは形状がなく、ただ、火界が最も顕著な非明浄色聚によって、構成されているのみである、故に、あなたは、火界が最も顕著な色聚を見つけて、それらの部分を、観察しなければならない。もし、それらが明晰でない時、発熱の時の色聚でもって、分析するのがよい。身体には、六個の部分は風界が顕著である、

すなわち：

1、上昇風（uddhaṅgama　vātā）

2、下降風（adhogama　vātā）

3、腹内腸外風（kucchisaya　vātā）

4、腸内風（koṭṭhasagha　vātā）

5、肢体内部で循環する風（aṅgamangānusārino　vātā）

6、入息と出息（assāsa　passāsaso）

この六個の部分の中において、入息と出息を除いて、その他の一つひとつの部分には、みな、33種類の色法があり、四種類の色聚によって、構成されている、

すなわち：

一、命根九法聚；

二、心生八法聚；

三、時節生八法聚；

四、食生八法聚。

この四種類の色聚には、合計 33 種類の色法が存在する。

入息と出息には、心生声（＝音）九法聚（cittaja sadda navaka kalāpa）が存在するが、それは、八不離色と声（＝音）という、この九種類の色法である。入息と出息は、心によって産ずるが、この事を知見する為には、あなたは先に、心所依処に依存して生起する所の、心を識別しなければならない。有分を含む、一つひとつの、心所依処に依存して生起する所の心は、みな、入息と出息を生じせしめる事ができる。入出息が、このようにして生じるのを見た後、あなたは息の中の四界を識別しなければならないが、この様にすれば、あなたは息を構成する所の、色聚を見ることができる。この時、あなたは、その中の九種類の色法を、識別しなければならない。

その他の五個の、風界が最も顕著な部分に関して、あなたは先に、一つひとつの、種類毎の風を識別し、その後に、風の中の四界を、識別しなければならない。この様にすれば、色聚を見ることができるが、次にあなたは、それらの中の、33 種類の色法を識別できる様になるまで、修習を継続しなければならない。

10-9　九種類の業生色聚

六処門と 42 身分を中の色法を識別する時、あなたは九種類の業生色聚を見ることができる：

1、眼十法聚；

2、耳十法聚；

3、鼻十法聚；

4、舌十法聚；

5、身十法聚；

6、女根十法聚；

7、男根十法聚；

8、心色十法聚；

9、命根九法聚。

今世の業生色法は、過去世において造(ナ)した所の業によって生起する；前世の業生色法は、更に遠くの過去世において造(ナ)した所の業によって生起する；未来世において生起するであろう業生色法は、今世または過去世において造(ナ)した業によって生起する。もし、それらがどの様な業、たとえば布施、持戒または禅修によって生じているのかを知りたいのであれば、あなたは、過去世と未来世の名色法を識別することができなければならない。その様になって初めて、あなたは己自身によって体験し、明瞭にすることができる。これらは、後に「縁摂受智」の段階において学習するものである。

現段階では、あなたはこれらの色法が、業によって生じたものである事を受け入れる事が出来ればよいだけである。

上に述べた業生色、心生色、時節生色と食生色はみな真実色法であり、それらは、あなたが観禅の修習をする時に、観智によって無常・苦・無我の目標として観照されるべきものである。これ以外に、時には、非真実色法と心生、時節生及び食生の色法がまじりあっている事がある。以下の文は、その説明である。

10-10　八種類の心生色聚

一、心生純八法聚（cittaja　suddhiaṭṭhaka　kalāpa）：

六処門すべて、及び大多数の 42 身分に存在する。それらは真実色法であり、観禅の目標となり得るものである。

二、身表九法聚（kāyaviññatti　navaka　kalāpa）：

有分を照見した後、指を曲げてみれば、あなたは多くの心生色聚が生じるのを見ることができる。それらは、八不離色と身表を具備し、合計で、九種類の色法がある。

三、色軽快性 11 法聚（lahutā　ekadasaka　kalāpa）：

11 種類の色法がある、すなわち八不離色に色軽快性（lahutā）、色柔軟性（mudutā）と色適業性（kammaññatā）を加えたものである。

四、身表色軽快性 12 法聚（kāyaviññatti　lahutā　dvidasaka　kalāpa）：

12 種類の色法がある、すなわち八不離色に身表、色軽快性、色柔軟性と色適業性を加えたもの。

五、語表十法聚（vacīviññatti　dasaka　kalāpa）：

10 種類の色法がある、すなわち八不離色に語表と音を加えたものでる。「a、b、c」と声を出して念じてみて、その後に有分を見る。次に再度：「a、b、c」と声を出し、どの心生色聚が喉、声帯とその他の音の出る部分に散布されるかを見る。また同時に、語表の動作と音の出る部分に関連して、心生色聚の地界が、どの様にして、業生色聚の中の地界と相互に摩擦し合って、音が出るのかという事を観察する。

六、語表音色軽快性 13 法聚（vacīviññatti　sadda　lahutā　terasaka　kalāpa）：

13 種類の色法がある、すなわち八不離色に語表、音、色軽快性、色柔軟性と色適業性を加えたもの。

七、入出息心生九法聚（assāsa　passāsa　cittaja　sadda　navaka　kalāpa）：

九種類の色法がある、すなわち八不離色に音を加えたものである。これらは真実色法であり、観禅の目標に適合する。

八、入出息心生音色軽快性 12 法聚（assāsa　passāsa　cittaja　kalāpa）：

12 種類の色法がある、すなわち八不離色に音、色軽快性、色柔軟性、色適業性を加えたものである。第七と第八の項の音は、呼吸の音の事である。真実と非真実の、二種類の色法を含む色聚に関して、名色の分別の（＋修習）時に、識別するべきであるが、しかし、その後において、観禅の目標にすることはできない、それらを無常・苦・無我として観ずる事はできないのである。

10-11　四種類の時節生色聚

1、時節生純八法聚（utuja　sudhaṭṭhaka　kalāpa）：

八種類の色法がある、すなわち八不離色である。これは真実色法である。

2、時節生声（＝音、以下同様）九法聚（utuja　sadda　navaka　kalāpa）：

九種類の色法がある、すなわち八不離色に声を加えたものである。これは真実色法である。

3、色軽快性 11 法聚：

11 種類の色法がある、すなわち八不離色に色軽快性、色柔軟性、色適業性を加えたものである。これらは非真実色法を含む色聚である。

4、声色軽快性 12 法聚（sadda　lahutā　dvidasaka　kalāpa）：

12 種類の色法がある、すなわち八不離色に、声、色軽快性、色柔軟性、色適業性を加えたものである。これらは非真実色法を含む色聚である。

この四種類の色聚の中において、一番目のものは、六処門すべてと、ほとんどの 42 身分に出現する。二番目の色聚は、胃の中で生じる音とその他の類似する音声と関連がある。この二種類の色聚は、体内にも、体外にも存在する。三番目と四番目の色聚は、非真実色法を含んでおり、故に、それらは観禅の対象にはならないが、しかし、名色分別を修習する時にそれらを識別しなければならない。この二種類の色聚は、命を有するものの体内にあって、体外に散布するに至る。(159/430)

10-12　二種類の食生色聚

1、食生純八法聚（āhāraja　suddhaṭṭhaka　kalāpa）。

2、色軽快性 11 法聚：11 種類の色法、すなわち八不離色に色軽快性、色柔軟性と色適業性を加えたもの。

この二種類の色聚は、六処門と多くの 42 身分に出現する。一番目の色聚は、真実色法であり、観禅の目標となるに相応しいものである。二番目のものは、八種類の真実色法に、三種類の非真実色法（色軽快性、色柔軟性と色適業性）を加えたものである。

八種類の真実色法は、観禅の目標となり得るが、しかし、三種類の非真実色法は、観禅の目標にはなり得ない。この二種類の色聚は、有情の己自身の体内にあって、外部にあるとは、すなわちその他の有情の体内の事を言う。

10-13　三種類の音声

1、入出息心生声（＝音、以下同様）九法聚：入出息の音。

2、語表十法聚：話す時の音声。

3、時節生声九法聚：胃の中の音、風の音など。

この三種類の音声の中において、前の二種類は、命のあるものから出現し、三番目のものは、命のあるものとないものの二者から出現するが、その音声は、一切の、その前二種類において存在しない音声を含む。語表十法聚の中の語表とは、非真実色法であり、観禅の目標にはなり得ない。入出息心生声九法聚と時節生声九法聚の中のすべての色法は、（＋観禅の目標として）適合する。

10-14　四種類の相色の識別

受胎の時、及び胎内で成長する色法を見る事ができて初めて、色集積（upacaya）を見ることができる。色相続（santati）、色老性（jaratā）と色無常性（aniccatā）とは、それぞれ、真実色法の生、住、滅の事である。修行する時、に先に一粒の色聚を見て、その中の、八、九または十種類の色法を識別する。その後、それらの真実色法が、共に生起し、住し、滅するのを観察する。その後に、六処門のすべての真実色法と、42 身分の中の真実色法の生、住、滅を同時に返照する。ただし、すべての色聚が同時に生じ、住し、滅する訳ではない、すべての（＋色聚が）みな同じ一つの段階に存在する訳でない（＋が故に）。

10-15　諸々の色法を「色」と見做す

まず、一つひとつの処門の中の、54 または 44 種類の真実色法を観察し、また、それらの非真実色法の観察にも尽力する。同時に、一つひとつの処門の中の、すべての色法が、正に変化し、干渉を受けている相を観察する。その後に、それらを「色、色」または「これらは色である」または「これらは色法である」と観ずる。42 身分に関しても、同様の方法に基づいて識別する。

10-16　変化し、干渉を受ける相

諸々の色法の強度は変化する事を言う。たとえば熱いから冷たいへ、硬いから柔らかいへ、粗いから滑らかへ（＋と変化する）。しかし、それらの自性相（特徴）は、以前と同じ、硬い、流動性、熱いまたは支持性であって、変更することはない。熱い時、体内の色法の熱さは、忍耐の出来ないほど高くなる；寒い時、その寒さは、同じく忍耐できない程である；色聚の中の諸々の色の強度は不断に変化している、というのも、それらは不断に、相互に干渉し合うからである。

以下に簡潔に説明する：

一、いまだ色聚を見ていないならば、あなたは地、水、火、風の四界を照見して、近行定に到達するまで、定力を育成しなければならない。

二、色聚が見えたならば、一つひとつの種類の色聚毎に、すべての色法を識別しなければならない、たとえば：眼十法聚等、あなたはその中の地、水、火、風、色彩、匂い、味と食素（＝栄養素、以下同様）と命根と眼浄色という、十種類の色法を識別する。

三、その後、引き続き、以下のものを識別する：一つひとつの処門の中のすべての色法、一つひとつの身分のすべての色法、六処門すべてのすべての色法、42 身分すべての色法。それらがみな、変化・干渉を受けているという、その相を見たならば、それらを「色、色」または「色法、色法」または「これらは色、これらは色」と観ずる。

11　色業処の理論

11-1　観禅の修行における観照必須の方法

’Sabbaṁ bhikkhave anabhijānaṁ aparijānaṁ avirājayaṁ appajahaṁ abhabbo dukkhakkhayāya ・・・

Sabbañca kho bhikkhave abhijānaṁ parijānaṁ virājāṁ pajahaṁ bhabho dukkhakkhayāya.’（Saḷāyatana Saṁyutta、Sabbavagga、Aparijānana Sutta）

「比丘たちよ。一切において、知解せず、通解せず、離欲せず、捨棄しない者は、苦を滅する事ができない・・・比丘たちよ。一切において、知解し、通解し、離欲し、捨棄する者は、苦を善く滅することができる。」（相応部・六処相応・一切品・不通解經）

この經の註釈は、更に一歩進んでその内容をば「三遍知」であると解説する：

Iti imasmiṁ sutte tissopi pariññā kathitā honti. ’Abhijānan'ti hi vacanena ñātapariññā kathitā. ’Parijānan'ti vacena、tiraṇapariññā.

’virājayaṁ pajahan'ti dvīhi pahānapariññāti.

——「この經の中において、述べられているのは、三遍知である。『知解』とは、『所知遍知』（ñāta pariññā）の事をいい、『通解』とは『審察』（tīraṇa pariññā、作度遍知とも）の事をいい、『離欲』と『捨棄』の二者は、『断遍知』（pahāna pariññā）を言う。’

こうしたことから、唯一、三遍知によって、徹底的に、一切の、五取蘊に属する所の名色法を了解した後初めて、我々は名色法への愛を断滅して、苦を滅することができる。

また《大疏鈔》では、以下の様に言う：

Thṅhi anāvasesato pariññeyyaṁ ekaṁsati virājitabbaṁ

——「先に、徹底的かつ少しの遺漏なく、観禅の目標となる所の、この五取蘊を、必ずや、識別しなければならない。」

その後、それは禅修行者に対して、以下の様に言う、名色への愛着を断ずるために、一切の名色法の無常・苦・無我の三相を観照する様に、と。これらの經と論に教えに従えば、禅修行者は先に、五取蘊を構成する所の一切の名色法を、それぞれ個別に識別しなければならない。

個別に、一切の色法を識別する智慧は「色分別智」（rūpa pariccheda ñāṇa）という：

個別に、一切の名法を識別する智慧は「名分別智」（nāma pariccheda ñāṇa）という：

名法と色法の二者のそれぞれの組み合わせを識別する智慧は「名色分別智」（nāmarūpa pariccheda ñāṇa）という。

この三智は、また「色摂受智」（rūpa pariggaha ñāṇa）、「非色摂受智」（arūpa pariggaha ñāṇa）、「名色摂受智」（nāmarūpa pariggaha ñāṇa）ともいう。

この段階において、「人というものは無い、有情というものは無い、無我的な存在である、色法と名法があるのみである」という事を了解する智慧は「名色分別智」（nāmarūpa vavaṭṭhāna ñāṇa）と言う。

一切の名色を識別する時、もし、禅修行者がいまだジャーナを証得していないのならば、ジャーナと関係のある名色法を（＋識別する事を）省略してもよい。もし、すでにジャーナを証得しているのであれば、彼はそれらを観照しなければならない。これは苦聖諦を観照する時の智慧である。第二に、禅修行者は正確に、如実に、名色法の因を知見しなければならないが、この智慧は「縁摂受智」（paccaya pariggaha ñāṇa）と言う。これは苦集聖諦を観照する智慧である。名色分別智と縁摂受智が、観禅の目標とした諸々の行法をはっきりと、明晰に、明確に知見することが出来る事から、この二智は「所知遍知」（ñāta pariññā）と言う。

第三に、観禅の段階において、すなわち「思惟智」（sammasana ñāṇa）から始まり、彼は一切の色法、名法及びそれらの因の無常・苦・無我の三相を徹底的に見なければならない。諸々の観智の中において、「思惟智」と「生滅随観智」の作用とは、一切の名色法およびそれらの無常・苦・無我の三相を審察し識別する事にある。この二智はまた「審察遍知」（tīraṇa pariññā）とも呼ばれる。

「壊滅随観智」（bhaṅga ñāṇa）から始まる観智は、一切の名色法及びそれらの因の壊滅と、それらの行法の無常・苦・無我の三相をのみ見るものである。この時、断ずるべき煩悩が、観智によって、暫定的に断じ除かれる為、それらはまた「断遍知」（pahāna pariññā）とも呼ばれる。四個の聖道智は、徹底的に、心を覆う無明（avijjā）または痴（moha）を根こそぎ断じ除く。聖道を証悟した者は、、一切の名色は苦諦であり、名色の因は集諦であり、また、苦諦と集諦の無常・苦・無我の三相を了知することができる。聖道は、諸々の行法を無常・苦・無我の作用を円満に遍知、審察することができるため、「所知遍知」と「審察遍知」と呼ばれる；というのも、心を覆って、四聖諦を了知することをできなくしてしまう煩悩を、徹底的に断じ除くことができるが故に、こ

れを「断遍知」と呼ぶ。禅修行者は、五取蘊を構成する所の一切の名色法を徹底的に知るための智慧を証得するために、三遍知を育成することに尽力しなければならない。

その為には、禅修行者は先に、一切の名色法を知り、学習し、記憶しなければならない。

11-2　28 種類の色法

１～４。四大種（mahā　bhūta）、すなわち：四界（四大）

1、地界（pathavī　dhātu）：

　　重地（gaupathavī）：硬い、粗い、重い

　　軽地（lahupathavī）：柔らかい、滑らか、軽い

2、水界（āpo　dhātu）：流動性、粘着性

3、火界（tejo　dhātu）：熱さ、冷たさ

4、風界（vāyo　dhātu）：支持性、推進性

５～９．五浄色（pasāda　rūpa）

　1、眼浄色（cakkhu　pasāda）

　2、耳浄色（sota　pasāda）

　3、鼻浄色（ghāna　pasāda）

　4、舌浄色（jivhā　pasāda）

　5、身浄色（kāya　pasāda）

１０～１３。７境色（gocara　rūpa）：

　1、色彩（vaṇṇa）

　2、声（＝音）（sadda）

　3、香（gandha）

　4、味（rasa）

5、触（phoṭṭhabba）（地、火、風）

地、火、風の三界は、触界を構成する。もし、それらを三境とするならば、合計 7 境色となる。28 種類の色法を数える時、触は含まれない。というのも、触境色の地、火、風の三界は、すでに四界に列記されているが故に。

１４，１５。性根色（bhāva　rūpa）二種類ある：

１、女根色（itthī　bhāva　rūpa）

２、男根色（puris　bhāva　rūpa）

一人ひとりは、その中の内の一つの性根色をのみ有する。女性は女根色のみ、男性は男根色のみを有する。性根色は全身に分布する。

１６。心色（hadaya　rūpa）

心色とは、意界と意識界が依存する所の色法であり、それらが安住する処であり、故に心所依処と呼ぶ。それは心臓の内部の血液の心色十法聚において、散じて置かれる。

１７。命根色（jīvita　rūpa、jīvitindriya）

この色法は全身に散布しており、それは業生色（kammaja　rūpa）の生命を維持する。

１８。食色（āhara　rūpa）

段食（kabaḷinkāra　āhara）は、食物の中の食素（ojā）である。一切の色聚の中においては、みな食素色（ojā　rūpa）があるが、それはすなわち業生、心生及び時節生の色聚の中においても存在している。それら食素は、それぞれ業生食素（kammaja　ojā）、心生食素（cittaja　ojā）、及び時節生食素（utuja　ojā）と呼ばれる。禅修行者が混乱しない様に、以下に説明する：食物が消化されて後、その「食素」が産する所の食素八法聚の中の食素のみが、食生食素（āhāraja　ojā）と呼ばれる。言い換えれば、胃の中においていまだ消化されていない食物の食素は、時節生食素（utuja　ojā）に過ぎない。

命根九法聚の消化の火を通して、すなわち火界の支援の下、食物は消化され、結果、新しい食素八法聚が生まれる。これらの色聚は、食生食素八法聚と呼ばれるが、その中の食素は食生食素と呼ばれる。

上に述べた 18 種類の色法は、また、以下の様にも呼ばれる：

一、「自性色」（sabhāva　rūpa）、それらの一つひとつは、自生相、すなわち硬さ、粗さなどを擁しているが故に。

二、「有相色」（salakkhaṇa　rūpa）、それらはみな、一切の名色法における共相を擁しているが故に：

生・滅によって「無常」であり、生・滅の圧迫を受けるが故に、「苦」であり、永恒不変の実質を持たない、または（＋それは）我ではないが故に、「無我」である。

三、「完成色」（nipphanna　rūpa）、それらは業、または心、または時節、または食を因として、生起するが故に。

四、「色色」（rūparūpa、真実色）、それらの強度が不断い変化している、熱いから冷たいへ、硬いから柔らかいへ、などなど。

五、「思惟色」（sammasana　rūpa）、観禅の目標として相応しいが故に、またそれらを無常・苦・無我として観照することができるが故に。

後に説明する所の、残り 10 種類の色法（１９～２８）と、上に述べた 18 種類の色法は、（＋その性質が）反対であり、

一、無自性色（asabhāva　rūpa）；

二、無相色（alakkhaṇa　rūpa）；

三、非完成色（anipphanna　rūpa）；

四、非色色または非真実色（arūpa　rūpa）；

五、非思惟色（asammasana　rūpa）である。

１９．制限色（pariccheda　rūpa）、すなわち：空界（ākāsa　dhāthu）

一つひとつの色法は、みな、その他の色法と一体に混ざり合う事がなく、其々に限界を持つ。この限界及び色聚（＋と色聚）の間の空間を制限色と言う。

２０、２１．表色（viññatti　rūpa）二種類ある：

1、身表（kāyaviññatti）、すなわちコミュニーションとしての身体動作。

2、語表（vacī　viññatti）、すなわち、話をする時の動作。

他人が我々の考えを知ることができる動作を、表色と呼ぶ。身表は、身体の動作でもって、己自身の考えを表現する事を言う、たとえば人に向かって手招きするなど。語表

は、言語によって己自身の考えを表現する事、たとえば「ここに来てください」と人に呼びかける等。身表と語表は、心によって造られるが故に、それらは無生物（たとえば録音テープ）の中においては存在しない。唯一、有情の言葉の音と身体動作の中に存在する。

２２～２４。変化色（vikara　rūpa）は五種類ある：

1、色軽快性（lahutā）：心生、時節生、食生真実色の軽快性。

2、色柔軟性（mudutā）：心生、時節生、食生真実色の柔軟性。

3、色適業性（kammaññatā）：心生、時節生、食生真実色の適業性。

色軽快性、色柔軟性、色適業性の三色に、上に述べた身表と語表の二色を加え、合計五種類の変化色となる。

２５～２８。相色（lakkhaṇa　rūpa）には四種類ある。

1、色集積（upacaya）：

（a）その特徴は、一生のうちの初期の真実色の生起（upādā、生時）である。

（b）それは諸根を成長、完成させ、また、適当な色法を、充分な程度にまで（＋のレベルに）到達せしめ、かつ、継続して成長せしめる。

2、色相続（santati）：

諸根の完成から死亡までの間の、真実色の生起（生時）を「名相続」と呼ぶ。色法の生起に関して、仏陀は一生を二つの時期に分けて指導している。一個は、妊娠から眼、耳等の諸根が完成する時期に生起する色法であり、もう一つは、諸根が完成した後に生起する色法である。この二種類の色法は真実色法の生起であると言える。

3、色老性（jaratā）：

真実色の成熟または老化、すなわち真実色の住時。

4、色無常性（aniccatā）：

真実色の壊滅、すなわち壊滅時（bhaṅga）。

18 種類の真実色に、10 種類の非真実色を加えると、合計 28 種類になる。その内、地、水、火、風は、界（dhātu）、または大種（mahā　bhūta）または種色（bhūta　rūpa）と言う。その他 24 種類の色は、所造色（upādā　rūpa）という、というのも、それらは四大界に依存して生起するが故に。

11-3　色法の本質

この 28 種類の色法は、単独で存在することはできず、ただ、色聚として、組み合わさった形態でのみ出現することができ。すなわち、もっとも小さい色法の組み合わせによっており、それは又「密集」（ghana）とも言う。同一の一粒の色聚の中の諸々の色は：同時に生起し（ekuppāda）、同時に滅し（ekanirodha）、同一の処に依存する（ekanissaya）。

同一の一粒の色聚の中における四大は相互に依存しあっており、所造色(upādā rūpa）は、同一の一粒の色聚の中の四大に依存して存在している。四大と所造色はみな、他の一粒の色聚の中の四大に依存することはない。

究極色を如実に知見し、四大がどの様に相互に依存しているのか、及び所造色がどの様に四大に依存するのかを知る為に、先に、色聚が見えていなければならない。禅修行者に色聚が見えたならば、その後、彼は、色聚の中の究極法には 8 個、または 9 個、または 10 個、または更に多くある事が見えなければならない。その後、彼は智でもって、一つひとつの種類の色法の自性相とその本質を識別しなければならない。この様にして初めて、彼は究極法を理解する事ができる。この、色聚を識別する方法は、「界分別」と言う。

《中部・根本 50 經篇・大牧牛者經》の中において、仏陀は以下の様に言う：

「比丘たちよ。11 支を具足する比丘は、この教えの中において成長し、上昇し、または成就する事ができない。」

この 11 支の一に関して、仏陀は以下の様に言う：

「比丘たちよ。色を知らない比丘とはどの様なものであるか？」

仏陀は続けて解説して言う：

「比丘たちよ。どの様な色であっても、すべのて色は、四大及び四大に依存して造られる色である如実に知らない比丘の事である。比丘たちよ。この様な比丘は色を知らない（＋比丘である）と言う」。

当該の經の註解では以下の様に言う：何をもって「色を知らない」というのか？

色法に関して、彼は二つの事を知らない、すなわち、それらの「数」と「起因」を知らないのである。それらの数を知らないとはすなわち、パーリ聖典に列記される 25 色：眼、耳、鼻、舌、色（＝色彩）、声（＝音）、香、味、触、女根、男根、命根、身表、

語表、空界、水界、色軽快性、色柔軟性、色適業性、色集積、色相続、色老性、色無常性と食素の事である。

牛の群れにおいて、一体牛が何頭いるのかを知らない牧牛者の様に、どれほどの色法があるのを知らない比丘は、色法、非色法（名）、名色法を識別することができないし、またそれらの起因を識別できないし、それらの三相を観照して、禅修の目的に到達する事もできない。

牛の群れにおいて、牛を増やす事が出来ない牧牛者の様に、仏法の中において、当該の比丘は、戒、定、観、道、果または涅槃を増長（＝成長、上昇）させることができない。牛の群れにおいて、五種類の牛の産品を楽しむことができない牧牛者の様に、当該の比丘は五法、すなわち、阿羅漢の戒、定、慧、解脱と解脱智見を得て、楽しむことができない。

色法の起因を知らないというのは、「これらの色法には一つの起因がある、二個の起因がある、三個の起因がある、四個の起因がある」ということを知らない事を言う。

牛の色または形状を知らない牧牛者の様に、色法の起因を知らない比丘は、色法、非色法（名）を識別する能力を持たない・・・五法、すなわち、阿羅漢の戒、定、慧、解脱と解脱智見を得て、楽しむことができない。道、果と涅槃を証悟したいと思い禅修行者は、仏陀のこの注意事項に対して、特に注意を払うべきである。

色法の数と、それらの起因を知りたいのであれば、あなたは諸々の色聚を個別に、識別し、分別しなければならない、というのも、色聚の分別ができないのであれば、どの種類の色法が、業生であるか、心生であるか、時節生であるか、食生であるかを区別できないからである。この時、彼は究極法を見ることを得たとは言えないのである。

11-4　色法の三種類の密集

究極色法を知見したいと思うならば、禅修行者は色法の三種類の密集（rūpa　ghana）を看破しなければならない。疏鈔では、色法には三種類の密集があると解説している。それは以下の様に言う：

Ghanavinibbhogan’ti　santati　samūha　ikcca　ghanānaṁ　viniggnijanaṁ　vinecznaṁ――

「密集の識別とは、密集の『相続』『構成』と『作用』を分別し、区別する事を言う。」

11.4.1　相続密集（santati　ghana）

業生、心生、時節生または食生であろうとも、一切の色聚の中には、必ず、またの名を時節（utu）と言う火界（tejo　utu）が存在している。この火界は、新しい時節生食素八法聚を産じ、増加させることができるが、この色聚の中には、地、水、火、風、色彩、匂い、味と食素（＝栄養素、以下同様）の八個の色法が存在している。

眼十法聚を例にとって、もし、この色聚を分別するならば、我々はそこに 10 個の色法がある事を見ることができるが、それはすなわち上に述べた八個に、命根と眼浄色を加えたものである。眼十法聚の中の色法が、住時に到達した時、その火界は、時節生食素八法聚を生じることができる。この様にして、一代また一代と、四代または五代まで生じることができる。　この一系列の最後の一代の色聚の中の火界は、更に色聚を造る事はできない。其の他の色聚もまた同様である事を理解する事。

ある種の色聚の中の火界は、四または五代の色聚を産じるが、ある種のものは更に多くの代を産ずる。一切の、この様に生起する所の、時節生食素八法聚は、みな時節生色と言う。胃の中の食べ物は、時節生食素八法聚によって構成されている。身体に吸収される前の食素は、時節生色である。４２身分の中において、それは「胃中物」に属する。業生の消化の火（命根九法聚の中の火界）の支援の下、これらの時節生食素は消化され、吸収された後、食生食素八法聚を産じて、全身に散布される。通常、それの食生食素の支援の下、業生、心生、時節生色聚の中の食素は、一系列の 10 から 12 代の食素八法聚を生じることができる。

もし、食した食物に、高度の栄養が含まれている場合、その強度に応じて、多くの代の食素八法聚が生じることができる。禅修行者が、はっきりと、明確に、個別に、これらの過程の中の一つひとつの粒毎の色聚を識別することができるならば、彼は相続密集を看破断したのだ、と言える。業生及び心生の色聚に関しても、同様の解釈ができる。

11.4.2　構成密集（samūha　ghana）

（＋あなたが）究極色（paramattha　rūpa）を分別することができる時、已に構成密集を断じ除いたのだ、と言える。これが智（ñāṇa）でもって、色聚の中の一つひとつの究極色（八、九または 10 個）の自性相を智見したのだと言える。

11.4.3　作用密集（kicca　ghana）

智（ñāṇa）でもって、色聚の中の一つひとつの究極色の作用を見ることができるならば、それは已に作用密集を断じ除いたのだと言える。故に、三種類すべての密集を断じ

除くために、禅修行者は一つひとつの種類ごとの色聚の中の、一つひとつの究極色の相、作用、現起(現象)と近因を、必ずや、識別しなければならない。これらを知見する為に、禅修行者は、定力を近行定または安止定のレベルまで育成しなければならない。

11-5　八聖道分の（＋中の）すべての八道分の育成の可否

涅槃を証悟したいと思う禅修行者は、《転法輪経》、《大念処経》及びその他の經の中において述べられている所の、涅槃に趣向する所の、苦を滅する道は、みな、八道分、すなわち正見から正定までを具備しているものである。このことから、すべての八道分を具足して初めて、禅修行者は苦の滅の涅槃に到達することができる事が分かるのである。

八聖道分の中の正定は、多くの経典の中、たとえば《大念処経》において、仏陀はそれを初禅、第二禅、第三禅、第四禅である、と解説している。この様な教えは「殊勝義釈」（ukkaṭṭha niddesa）または「中灯法」（majjihe dīpaka）と呼ばれる。殊勝義釈は、観禅の修習の基本となる最も佳い定力を列挙しており；中灯法は、９種類の定の中の真ん中の四個、すなわち、色界定（rūpāvacara samādhi）を（＋佳い定として紹介して）いる。仏陀が四個の色界定を正定であるとする時、色界定の上下両辺に存在する無色界定と欲界近行定もまた、それに含まれるため、それの真正なる意味は、九種類の定を指しているのだ、と言える。

こうしたことから、禅修行者は、正定を具備しなければならない事が分かる。この様にして初めて、観禅の修習ができ、涅槃を証悟することができる。定の修習なくして、涅槃を証悟することができると考える人々は、実際には、八聖道分の中から一個の道分を差し引いているのであり、ただ、七個の聖道分しかない。一人ひとりの禅修行者は、己自身を顧みて、七聖道を修習するだけでもって、涅槃に到達することが出来るのかどうか、よく思考してみるべきである。

もし、戒・定・慧の三学、すなわち七清浄を修したいのであれば、禅修行者は先に「戒清浄」（sīla visuddhi）を修して、その後に「心清浄」（citta visuddhi）を修習する。心清浄を獲得した後、彼は次に、「見清浄」（diṭṭhi visuddhi）の修習に進むことができる。

11-6　相、作用、現起(現象)と近因に基づく色法の識別

《アビダンマッタサンガハ》（Abhidhammatthasaṅgaha）の中において、以下の様に言及する：’lakkhaṇa resa paccupaṭṭhāna padaṭṭhāna vedana ñāma

rūpapariggaho diṭṭhivisuddhi ñāma'――「見清浄は、特徴、作用、現起(現象)と近因に基づいて名色を識別する。」

もし、特徴に基づいて、一つひとつの種類の色法を識別するならば、あなたは先に、一粒の、識別しようとする色聚を選ばなければならない。たとえば、眼十法聚などを選び、その後に、識別したいと思う、その色法を識別する、たとえば地界等（＋を識別する）。眼門の中には、54 種の色法があるが、あなたはそれらを逐一、識別しなければならない。その他の門、及び 42 身分の色法もまた、同様の方法によって、識別されなければならない。今、私は、それらを逐一解説するので、あなた方は、それらを心にしっかりと覚えておかねばならない。（＋覚える事によって）あなたは初めて、その時が来れば、三種類の密集を看破することができるのである。

一、地界（paṭhavīdhātu）

大元素（種色）は界（dhātu）と呼ぶ。というのもそれらは自性を擁しているが故に。地界と呼ぶのは、それが地の様であり、同一の一粒の色聚の、俱生色法の支援（＋の作用を持ち）、また、立脚処となるからである。パーリ文の paṭhavī（地）の、その源の意味において、「拡展」の詞根を持ち、こうしたことから、地界は、拡張と展開の元素であることが分かる。作用はその他の俱生種色と所造色の立脚処である；現起(現象)は、同一の一粒の色聚の中の、俱生色法を、受け入れることである；近因は、同一の一粒の色聚の。その他の三大種色である。

地界の特徴は硬さである：身体の中の地界は、微塵の様に小さく、その小ささと言えば、ちょうど「多那」（doṇa）と呼ばれる所の、最も小さい粒子である。それは粘着性（＋の影響によって）一つにまとまっていて、それの半分くらいの大きさの水界が、それが散らない様にしている。それは火界によって保持され、保護されていて、流動性の性質を持つ水界によって、湿ったり、滑ったりしない様になる。また風界によって拡張される時も、分散したり分解することがない。それが分散するかまたは分解する時、それはその他の境界点に到達する、たとえば、女性と男性などなど、小さい、大きい、長い、短い、しなやかで硬い、固くて硬いなどなど。これらの因によって、同一の粒の色聚のその他の三大種色は、それの近因となる。

二、水界（āpodhātu）

水界は、同一の粒の色聚の中の、その他の色法を粘着させる（＋作用を持つ）。その結果、それらは分散しないで済んでいる。水界には二種類ある：「有資糧水」

（sasambhāra - āpo）と、粘着の相を持つ「相水」（lakkhaṇa - āpo）である。四界分別観を修習する時で、まだ色聚を見ない時、またはそれらを分析できない時、あなたが見るのは有資糧水であり、それはちょうど水道管の中の水流の水の様であり、また、一滴づつの水玉が連結した水の様に見える、というのも、あなたいまだ、三種類の密集を看破できていないが故に。そうであるが故に、あなたはいまだ究極法を見ることができず、いまだ概念法を見ているの過ぎない。しかしながら、あなたに色聚が見えて、かつ、三種類の密集が看破できた時、あなた「相水」を識別する事ができるが、それはすなわち、「相水」が、同一の粒の色聚の中のその他の三大種色及び所造色が粘着し合う性質を（＋擁している事を見ることができる、という訳である）。一粒の色聚の中の流動相は、流動する河川の水の様ではなく、同一の色聚の中のその他の俱生色法を覆う湿性であり、それらを粘着せしめ、その結果、それらは分散しないでいられるのである。

水界の特徴は、流動性または溢出である；

作用は、同一の色聚の中のその他の俱生色法を増長させるのであり；

現起(現象)は、同一の色聚の中の諸々の色法を一塊に掴むかまたは粘着せしめるのである；

近因は、同一の色聚の中のその他の三大種色である。

《阿毘達摩蔵》の観点では、水界とその他の三大種色は異なっている、というのも、それは触塵ではないが故に、触覚を通して直接知覚することができない、すなわち身識を通して覚知することができないのである。それは、間接的に、その他の色法が一塊に粘着しているのを見る事を通して、知る事ができる。地を基として、火に保持されて、風によって拡張された水界は、それらを粘着せしめるという作用を通して、その他の三大種色の縁となる。こうしたことから、その他の三大種色は、水界の近因である（＋事が分かる）。

四、風界（vāyodhātu）

風界は移動及び圧力の元素である。その特徴は、同一の粒の色聚の中のその他の俱生色法の拡張または支持である；

作用は、その他の色法の移動；

現起(現象)は、［俱生色法をある場所から］もう一つの別の場所へ帯動する事である；

近因は、同一の粒の色聚の中のその他の三種類の大種色である。それは触することのできる圧力として体験することができる。

帶動（abhinīhāra）：

「帶動」とは、諸々の聚集界が近くの場所に、または接近点において、相続的に生起する所の原因になる動作の事である。風界の吹動：それは励起する。その意味は、その作用を通して、諸々の聚集界が移動することである。実際は、究極法は、ある場所から、別の場所へと移動する事は出来ないのである、というのも、それらの寿命は非常に短く、故に移動する為の時間が不足するが故に。それらは一たび生起するやいなや、壊滅する。

移動したいと言う心念（＝心内で思う事）が生じる時、当該の心は、多くの心生色聚を生じせしめる事ができる。これらの心生色聚の風界は、それと相相続（＝次々と相続する事）して生起する所の、新しい色聚を、その近い場所において生起せしめることができる。色聚がこの様に［相続的に］生起する方式を、移動と言う。

すべての肢体の中においては、流動性、移動と拡張の相を擁しているが、地を基とし、水によって粘着され、火によって維持される風界が、その身を拡張する。拡張された身体は、倒れることがなく、直立することができる；その他の、移動の風界の推進性の影響の下、それは身表を顕示し、それは手足を湾曲せしめ、伸ばし、屈折せしめ、歩く時、立つとき、坐る時と横になる時の姿勢において、その様に作用する。故に、この界の作用は持続して継続するが、それは魔法の杖の様に、愚かな男性、女性等々を騙し続けるのである。風界は、その他の三界に依存して初めてその作用を発揮することができる。故に、同一の粒の色聚の中のその他の三大種色は、それの近因である。

浄色（pasādarūpa）

浄色とは、五根門の中の五種類の色法の事である。浄色は、それを支える所の器官とは（＋性質が）異なっている。世俗で言われる所の眼（=目）は、アビダンマでは、混合眼と呼ぶ――「有資糧眼」（sasambhāra-cakkhu）――すなわち、各種の色法の混合体である。眼門は、表で列記した様に、54 種類の色法がある。これ以外に、目の中には、もう一つ別の色聚があり、それは命根九法聚と呼ばれるが、この種の色聚は、全身に分布するが故に、眼門の中には、合計 63 種類の色法がある。それらは「有資糧眼」と呼ばれる。眼浄色はその中の一つであり、それは網膜の中において、光と色彩を記録する所の、敏感な物質であって、耳識とそれに相応する所の名法の依処色と門となる。

耳浄色は、耳の穴の中にあり、細かい褐色の毛に取り巻かれている指サックの様な場所にある。それは音声を記録する敏感な物質であり、耳識及びそれに相応する所の名法の依処色と門となる。鼻浄色は、鼻孔の中にあり、匂いを記録する敏感な物質である。

舌浄色は、舌に遍満しており、味を記録する敏感な物質である。身浄色は、全身の器官に分布しており、綿花に浸された液体の様である。触覚を記録する敏感な物質である。

五、眼浄色（cakkhu　pasāda）

眼浄色の特徴は：

（１）色所縁が衝撃をできる様にと、準備する（＝状態にある）四大の浄（透明性）。；または

（２）色愛の縁（色所縁を見たいと欲する）によって生じた業生四大の浄；

作用は、心路過程及びその目標となる色所縁を連結する事、または心路過程を色所縁まで齎す事、すなわち、心を色所縁まで引っ張っていく事；

現起(現象)は、眼識及びそれに相応する所の名法の立脚点または依処；

近因は、同一の粒の色聚の中の色愛によって縁生する所の業生四大。もし、あなたがすでに、観智を通して縁起を理解しているのであれば、あなたは二番目の特徴を識別する事ができる、すなわち、無明、愛及び取によって過去世において累積した所の業が現在の果報蘊を生じたのである事を・・・あなたの目、などなどを含めて。耳、鼻、舌、身浄色の特徴に関しても、類推する事。

六、耳浄色（sota　pasāda）

耳浄色の特徴は、声（＝音）所縁の衝撃を（＋受け取る）準備をしている所の、四大の浄（透明性）であり、また声愛（声所縁を聞きたいという欲）を縁にして生じた所の業生四大の浄である；

作用は、心路過程と、その目標である所の声所縁を結びつけることである、すなわち、心を声所縁に引き寄せることである；

現起(現象)は、耳識及びその相応する所の名法の立脚点または依処である；

近因は、同一の粒の色聚の中の声愛の縁によって生じる業生四大である。

七、鼻浄色（ghāna　pasāda）

鼻浄色の特徴は、香所縁の衝撃を（＋受け取る）準備をしている所の、四大の浄（透明性）であり、また香愛（香所縁を嗅ぎたいという欲）を縁にして生じた所の業生四大の浄である；

作用は、心路過程と、その目標である所の香所縁を結びつけることである、すなわち、心を香所縁に引き寄せることである；

現起(現象)は、鼻識及びその相応する所の名法の立脚点または依処である；

近因は、同一の粒の色聚の中の馨愛の縁によって生じる業生四大である。

八、舌浄色（jivīhā　pasāda）

舌浄色の特徴は、味所縁の衝撃を（＋受け取る）準備をしている所の、四大の浄（透明性）であり、また味愛（味所縁を味わいたいという欲）を縁にして生じた所の業生四大の浄である；

作用は、心路過程と、その目標である所の味所縁を結びつけることである、すなわち、心を味所縁に引き寄せることである；

現起(現象)は、舌識及びその相応する所の名法の立脚点または依処である；

近因は、同一の粒の色聚の中の味愛の縁によって生じる業生四大である。

九、身浄色（kāya　pasāda）

身浄色の特徴は、触所縁の衝撃を（＋受け取る）準備をしている所の、四大の浄（透明性）であるか、または触愛（食所縁に触れたいという欲）を縁にして生じた所の業生四大の浄である；

作用は、心路過程と、その目標である所の触所縁を結びつけることである、すなわち、心を触所縁に引き寄せることである；

現起(現象)は、身識及びその相応する所の名法の立脚点または依処である；

近因は、同一の粒の色聚の中の触愛の縁によって生じる業生四大である。

境色（gocararūpa）

境色とは、五根所縁の外境であり、それらは、それと相相応する所の根識所縁縁（＝所縁としての縁）となる。触所縁は、地界、火界、風界の三大によって構成されている事を知る必要がある。地界は、堅さ、粗さ、重さまたは柔らかさ、滑らかさ、軽さとして体験される；火界は、熱さまたは冷たさとして体験される；風界は、支持性または推進性として体験される。《阿毘達摩蔵》によると、粘着性に属する水界は触所縁の内に含まれない。色彩などその他四種類の境色は、所造色に属する。

十、色所縁（rūparārammaṇa）

色所縁の特徴は、眼浄色を打つことである：

作用は、眼識及びそれに相応する所の名法の目標となる；

現起（現象）はそれらの境となる事；

近因は同一の粒の色聚の中の四大。

11、声（＝音所縁）（saddārammaṇa）

声所縁の特徴は、耳浄色を打つことである：

作用は、耳識及びそれに相応する所の名法の目標となる；

現起（現象）はそれらの境となる事；

近因は同一の粒の色聚の中の四大。

12、香所縁（gandhārammaṇa）

馨所縁の特徴は、鼻浄色を打つことである：

作用は、鼻識及びそれに相応する所の名法の目標となる；

現起（現象）はそれらの境となる事；

近因は同一の粒の色聚の中の四大。

13、味所縁（rasārammaṇa）

味所縁の特徴は、舌浄色を打つことである：

作用は、舌識及びそれに相応する所の名法の目標となる；

現起（現象）はそれらの境となる事；

近因は同一の粒の色聚の中の四大。

衝撃（abhighāto）

’Abhighāto ca visayavisayīnaṁ aññamaññaṁ abhimukhībhāvo yogyadesāvaṭṭhānaṁ abhighāto viyāti katvā’

――「衝撃とは、目標及び目標に対する敏感なる色法［浄色］が、適合する場所において生起するか、または相互に相い対する事をいい、それはちょうどお互いにぶつかり合う様である。それらは実際に真正に相互にぶつかり合う訳ではない。（《大疏鈔》）

目標と境

眼識は、色彩しか取ることができない、すなわち、色所縁を目標としており、その他の目標を取ることはできないのである；これが目標（visaya）であり、また、境（gocara）でもある。同様に、その他の目標と浄色に関して解説する。

14、女根（itthindriya／itthi　bhāva　rūpa）

女根の特徴は、女性（＝女性性）である。

その作用は「彼女は女性である」と顕示する事；

現起(現象)は女性特有の色身、特徴、動作、行為の因である。

近因は、同一の粒の色聚の中の四大。

15、男根（purisindriya／purisa　bhāva　rūpa）

男根の特徴は、男性（＝男性性）である。

その作用は「彼は男性である」と顕示する事；

現起(現象)は男性特有の色身、特徴、動作、行為の因である。

近因は、同一の粒の色聚の中の四大。

この二種類の性根色は、身浄色と同じ様に、全身に分布している。しかし、「それらは身浄色が存在する空間において存在する、または身浄色が存在しない空間において存在する」などと言う必要はない。色所縁の本質と同じく、これらは混在されることはない。

16、命根（jivitindirya／rūpa　jivita）

ここでいう命根とは、遍一切心心所に属する所の、名命根にあい相応する色法である。「命」が「根」と称されるのは、それがそれをコントロールし、依存して生起するが故に、である。命根の特徴は、維持という相を擁している事である。しかし、それはただ、同一の粒の色聚の中、住時の俱生色法においてのみ維持される。それはまさに、水が蓮の花を維持するが如くである。諸々の法は、各自の因と縁によって生起し、それはそれらを維持するのではなるが、保母が王子の面倒を見る様なものである。それは、ただ、生起した諸法に関連して、己自身で生起する、ちょうど航路を決める水先案内人の様である。それは壊滅の後に生起する事がない。というのも、己自身が不存在であり、生起する法もまた不存在にさせてしまうが故に。

それは壊滅の時に住時を延長することがない。というのも、それは己自身もまた壊滅するが故に、ちょうど灯芯と油における、燃焼の終えた灯火の様である。しかし、これ

をもって、維持、発生、存在せしめる力量（＝エネルギー）に欠けるのだと見做してはならない、というのも、説かれている刹那［住時］において、それは確実にこれらの作用を実行するが故に。

17、心色（hadayarūpa）

パーリ聖典の論師によると、心色とは、各々の符合する所の浄色を依処とする双五識を除いた、一切の心の依処色である、という。《阿毘達摩蔵》では、心色について、明確に言及されていない。《阿毘達摩蔵》の最後の論である《発趣論》において、以下の様に言う：

「意界及び意識界は、それに依存して生起する所の色法である。」

しかしながら、註釈では、「諸々の色法」とは心色のことで、心臓の空室の中に位置すると言う。それは心臓の中の血液に依存している。心臓の中には、龍華樹（＝テリハボク？or プンナーガ？）の、種ほどの空洞があり、半握りほどの分量の血液を貯蔵している。当該の血液は、一群の微小な粒子に過ぎないが、54 種の色法を擁している。

心色は、その中の一つである。心所依処の特徴とは、意界と意識界の依処色となる事である；

作用は、それらへの支持；

現起(現象)はこの二界を帯びる事；

近因は同一の粒の色聚の中の四大。

それは心臓の中の血液（＋の中）に位置し、四大の支持を受けて、命根色によって維持される。それは意界と意識界及びそれらと相応する所の名法の依処色である。

18、段食（kabaḷīkāra-āhāra）

段食の特徴は、（＋それが）食素（＝栄養素）である、という事である；

作用は、色身の維持；

現起(現象)は身体の安定または滋養；

近因は、食素の基本となる所の食物。

この語彙は、衆生がそれに依存して、己自身の食素を維持しているという事を意味する。

（1）食物の中の食素は、又隠喩として「段食」と呼ばれる。系統的に段食の中の四大を識別するならば、あなたは観智でもって、段食とは、一群の、時節生食素八法聚に過ぎない事が分かる。飲み込んだばかりの胃腸の中の食べ物で、いまだ吸収されたり、身

体に散布されたりしていない場合、その色聚の中の食素は、時節生食素であり、それもまた隠喩的に「段食」と呼ばれる。というのも、それは業生、心生、時節生及び食生という四種類の食素の直接的な助縁となることができないが故に。この四種類の食素は、新しい食生色聚を生じることができる。

（2）命根九法聚の業生消化の火の支援の下、食したばかりの食べ物は消化されるが、食べ物の中の食素は、新しい食素八法聚を生じることができ、これらの色聚は、食生食素八法聚と呼ばれる。その中の食素は食生食素と呼ぶ。この食生食素もまた隠喩的に「段食」と呼ぶ。というのも、それはこの色心の縁法であるが故に。それは、四種類の因によって生じた、一切の色法を強化して、それらが、更に継続して生起することができる様に、強壮にし、刷新する。

（3）業、心、時節と食素という、この四種類の因によって生じた所の色聚の中の食素もまた、それと俱生した色法と身体の中のその他の色聚の色法を強化する。

これは何を意味するのか？――前に述べた食生食素及び消化の火の支援の下、業生、心生、時節生及び、先に生じた所の食生食素はみな、新しい食生食素八法聚を生じることができる。故に、この四種類の因によって生じた所の色聚の中の食素もまた隠喩的に「段食」と呼ばれる。なぜ、前に述べた三種類の食素が、隠喩的に「段食」と呼ばれるのか？

この三種類の食素を含む究極法は、極めて迅速に生・滅する。それらはひとたび生起するやいなや即刻壊滅する。それらを飲み込む時間など、まったくないのである。

しかし、一代また一代の時節生色聚は、相続して（＝相続しながら）生・滅する。また、食素だけを、飲み込む事はできないのである。というのも、食素だけを色聚から抽出することはできないが故に。それは、残りの七種類の色法とは、分離する事ができない（avinibhoga）。しかし、継続的に生・滅する所の一群の色聚であれば、飲み込む事ができる。故に、それらを隠喩的に「段食」と呼ぶのである。上に述べた通り、食べた後（＝飲み込んだ後）、消化の火の支援の下、それらは新しい色聚を生じる事ができるし、また、色身を維持する事ができる。もし、それらを飲み込まないならば、それらはその様に作用を起すことができない。故に、仏陀は「段食」と言い、「食物」とは言わないのである。

二種類の食生食素八法聚がある、すなわち、先に生じた色聚と、後に生じた色聚でる。

先に生じた色聚の中の食素は、後で生じた食生色聚の中の食素と命根九法聚の業生消化の火の支援の下、それは 10 乃至 12 代の食生八法聚を生じることができる。同様に、

後に生じた食生色聚もまた、先に生じた業生、心生及び時節生色聚の中の食素を支援して、それらが消化の火の支援の下、新しい食素八法聚を生じせしめる事ができる。

段食とはすなわち、この様にして、色身を維持するのである。

19、制限色（paricchedarūpa）または空界

《阿毘達摩蔵》において、空界（ākāsadhātu）は、空間の事を指すのではなく、人々が、それらを、個別の個体であると、識別する事ができる様な、諸々の色聚の間の間隙の事をいうのである。

空界の特徴は、色の限界を画定することである；

作用は、色の際を顕示する事；

現起(現象)は色の限界または隙間；

近因は画定された色。

それがあるが故に、人々ははじめて、この様に画定された色を：「これはあれの上にある、下にある、周囲にある」と言えるのである。

表色（viññattirūpa）

表色は、己自身の思想、感受や態度を他人に表現してみせ、他人に知らせる方法である。二種類の表現方法がある、すなわち、身表と語表である。

20、身表（kāyaviññatti）

身表は心生風界（風界が最も顕著な心生四大）の形態と変化であり、身体を移動せしめる；この形態と変化は、俱生色身の硬さ、支持と移動の縁である。

その作用は、己自身の意念の表現である；

現起(現象)は身体の移転の因；

近因は心生風界。

「身表」と言われるのは、それが身体の動作が、意念の表現の因になっているからである。前に移動する等の（+動作が）生じるのは、時節生等の四種類の色法の移動（＋の故）である事を理解しなければならない；これらの色法と心生色法が結びついて、身表によって移動せしめられる。この事は、心生色法が移動する時、時節生、業生及び食生色法もまた移動する事を意味しているが、というのも、それらははそれと結合しており、（＋その様子は）河の中の牛糞の様である。それはどの様な形態と変化であるか？

それは風界の能力が最も顕著な心生四大の形態と変化である。その能力とはどの様なものであるか？　それは心生風界の特別な変化であり、身体の移動を引き起して、人々の意念を顕示する。

21、語表（vacīviññatti）

語表は、心生地界の形態と変化であり、音声を発することができる。この形態と変化は、色取蘊（ここにおいては音声を発する器官を指す）が心動する縁である。

それの作用は、意念の表現；

現起(現象)は言語の因；

近因は心生地界。

「語表」と呼ぶのは、それが音声を通して意念を表現する因であるからである。森林の中で、樹木にぶら下げた牛の頭蓋骨を見た時、それが「ここに水がある」と表示しているが如くに、身体の揺れや音声に注意を向けた時、意念はすでに表現されたのだと言える。それは心生地界の特別な変化であり、人々の意念を顕示する音声を生じせしめるのである。

22、色軽快性（rūpassa　lahutā）

色軽快性の特徴は、心生、時節生または食生真実色法の不遅鈍である；

作用は、この三種類の色法の沈重を取り除く事；

現起(現象)は軽快に移動する事；

近因は、この三種類の軽快なる色法。

23、色柔軟性（rūpassa　mudutā）

色柔軟性の特徴は、心生、時節生または食生真実色法の不硬(=硬くない事）；

作用は、この三種類の色法の硬さの除去；

現起(現象)は身体の一切の作業に対抗しない事；

近因は、この三種類の柔軟なる色法。

24、色適業性（rūpassa　kammaññatā）

色適業性の特徴は、（心生、時節生または食生真実色法が）身体の作業に適合する所の適業性である；

作用は、不適業性の除去；

現起(現象)は色法が軟弱でない事；

近因は適業の色法。

この三種類の色法は、同時に生起する。軽快性は移動が簡易な事を言う。軽快な色法は、非常に速く移動することができる。柔軟性とは容易に湾曲し、ひねり、または変形することである。柔軟な色法は、容易に変形して新しい形状になることができる。適業性は運用が容易である事。適業の色法は、容易にコントロールと調整ができる。それは迅速に運用者の願望に沿い、多くの努力を必要としない。

25、色集積（rūpassa　upaccya）

色集積の特徴は建立である；

作用は色法を最初に生起させる事；

現起(現象)は始まり；

近因は成長した色法または生じた色法。

26、色相続（rūpassa　santati）

色相続の特徴は、［持続して不断に］生起すること；

作用は結縛；

現起（現象）は間断なく；

近因は結縛された色法。

この二つの語彙（＝色集積と色相続）は、色法の生（jāti）を指すが、しかし、方式が異なるため、また指導の方式に基づいて、《法聚論》の中における「義釈」は、それらを「集積と相続」と分けている。しかし、その含意に差異がない為、この二つの語彙の義釈を：「諸々の根の建立を色集積といい、色法の成長は色相続と言う。」としている。

註釈（《殊勝義註》）では、「その生起を『建立』といい、増長を『集積』と言い、発生するのを『集積』と言った後に、以下の様に比喩を与えている：建立の生起とは、河床において掘った洞、穴から水が流れ出してくる様なものである；集積の増長とは、当該の洞に水が満水に溜まる事；相続の発生とは、水が満ちて流れ出す事。建立とは

根門の事である。成長とは、根門以外の、その他のものが出現すること。相続とは根門以外の、其の他のものが、重複して生じる事。（《清浄道論》

27、色老性（rūpassa　jaratā）

色老性の特徴は、色法の成熟と老化である；

作用は壊滅へ向かう事；

現起（現象）は壊滅、または有情または自性は未だ消失していないものの、新性を失っている様子。稲の成熟の様に；

近因は、成熟または老衰しつつある色法。

上に述べた事柄は、歯が損壊するなどの、変化によって顕現する老化を言う。しかし、見る事の出来ない変易する非色法に関しては、それらは隠匿された老化と呼ぶ。地、水、石、月と太陽（＋の変易）はすなわち、不断の老化と呼ばれる。

28、色無常性（rūpassa　aniccatā）

色無常性の特徴は、色法が無余に滅尽する事である；

作用は色法の消滅；

現起（現象）は色法の壊滅と滅尽；

近因は滅尽した色法。

これは、相、作用、現起（現象）と近因によって色法を識別した（＋場合の説明である）。

次に、私は、相などに基づいて、どの様にして名法を識別するのかを解説する。

12　名法の識別

我々はすでに、如何にして簡便に色法を識別するのかを理解した。今、私は、如何にして名法を識別するのかを、説明する。たとえば、もし、安般初禅ジャーナ名法を識別するのであるならば、あなたは先に、安般初禅に入らなければならない。出定後、有分（すなわち、意門）と安般似相を同時に識別しなければならない。安般似相が、有分心の中において出現する時、あなたは五禅支を識別しなければならない。止禅の修習をした時、あなたはすでに、それらを識別できている。故に上に述べた実践は、あなたにとって、難しいことではない。唯一の違いは、今、あなたは、五禅支を多数回、持続して、識別しなければならない、という事である。もし、それらを明晰に識別できたならば、あなたはその他の名法を識別することを始めることができる、たとえば、識である。

名法の識別を開始するにあったって、三種類の方法がある。

1、触の識別から始める。

2、受の識別から始める。

3、識の識別から始める。

もし、安般念が識知の相を擁する識を選択して、識別を開始するならば、あなたは継続的に、多数回識別しなければならない。もし、それを識別することができないのであれば、あなたは先ほど言及した手順を繰り返し重複して（＋修習する）：初禅に入り、出定した後、有分（すなわち、意門）と安般似相を同時に識別する。安般似相が有分心の中に出現する時、あなたは、それを持続的に、多数回識別する。もし、識を識別することができたならば、あなたは識別する名色法を、徐々に増やしていく、一回ごとに一種類増やしていき、二種類（識と触）を識別し、三種類を識別し、四種類・・・あなたが 34 種類のすべての名法を見ることができるまで（＋修習する）。

この 34 種類の名法とは何であるか？

12-1　初禅の 34 種類の名法

12.1.1　識

（１）識（禅心）：目標の識知（たとえば、安般似相）。

12.1.2　七遍一切心心所

（２）触（phassa）

（３）受（vedanā）（初禅においては楽受）

（４）想（saññā）

（５）思（cetanā）

（６）一境性（ekaggatā）

（７）命根（jīvitindriya）

（８）作意（manasikāra）

12.1.3　六雑心所

（９）尋（vitakka）

（１０）伺（vicāra）

（１１）勝解（adhimokkha）

（１２）精進（vīriya）

（１３）喜（pīti）

（１４）欲（chanda）

12.1.4　19 個遍一切美心心所

（１５）信（saddhā）

（１６）念（sati）

（１７）慙（hīri）

（１８）愧（ottappa）

（１９）無貪（alobha）

（２０）無瞋（adosa）

（２１）中捨性（tatramajjhattarā）

（２２）身軽安（kāyapassaddhi）

（２３）心軽安（cittapassaddhi）

（２４）身軽快性（kāyalahutā）

（２５）心軽快性（cittalahutā）

（２６）身柔軟性（kāyamudutā）

（２７）心柔軟性（cittamudutā）

（２８）身適業性（kāyakammaññatā）

（２９）心適業性（cittakammaññatā）

（３０）身練達性（kāyapāguññatā）

（３１）心練達性（cittapāguññatā）

（３２）身正直性（kāyajukatā）

（３３）心正直性（cittajukatā）

12.1.5　無痴

（３４）慧根（paññindriya）

12-2　ジャーナ定心路過程

禅修行者がまさに初禅に証入せんとするその時、先に生じるのは意門引転心（manodvāravajjana）及びその相応する名法である。次に、同一のジャーナ心路過程において、ジャーナ速行心がいまだ生起していない前、一系列の欲界速行心が迅速に、相次いで生起し、心を欲界から安止へと導き、向かわせる。凡夫でいえば、これらの速行心は、ある種の智相応の欲界善心であり、三回または四回生・滅した後、順序に従って遍作（parikamma）、近行（upacāra）、随順（anuloma）、種姓（gotrabhū）と続く。それらが滅尽した後、情況にもよるが、次の第四、または第五の速行刹那において、生起するのは初禅速行心であり、（＋ここにおいて）すなわち、安止の段階に入るのである。始めて初禅を証得する修行者にとって、初禅速行心は一回のみ生起する。

しかし、もし、［その後に］禅修行者が一時間または一日中、入定するならば、初禅速行心は、多数回生起することができる。安止が終わる時、有分心が生起する。

根器が中等の者においては、これらの基礎速行は四回生起し、毎回、異なった基礎的な作用を執行する。一番目の刹那を「遍作」または「預作」(parikanma）と言う。というのも、それは心流が安止定に証入しようと準備しているからである。次の刹那を「近行」（upacāra）というが、それが安止に近いからである。三番目の刹那は「随順」（anuloma）と言うが、それは、それの前の心と、それの後の安止に随順するからである。四番目の刹那を「種姓」（gotrabhū）と言うが：ジャーナ定においてそ、それは、欲界を超越して広大な心種姓に登上するが故に、この様によばれる。

根器の利なる者は、「遍作」刹那がなく、安止の前に、三個の億回速行が生起するのみである。安止心路過程において、速行心は、異なった種類（初禅、第二禅、第三禅などなど）が存在でき、また異なった界（色界または無色界）が存在できる事に注意を払

う事；欲界の心路過程において、それらは一致する。私は表を用いて、ジャーナ欲界心路過程を説明する。

ジャーナ定心路過程

心臓色法	54	54	54	54	54	54
路心	意門引転	遍作	近行	随順	種姓	ジャーナ速行（多数回）
初禅	12	34	34	34	34	34
第二禅	12	34	34	34	34	32（尋と伺を除く）
第三禅	12	34	34	34	34	31（喜を除く）
第四禅	12	33	33	33	33	31（楽が捨に代わる）

止禅行者及び見清浄を成就したいと思う修行者は、何か一つの色界禅または無色界禅（非想非非想処は除く）から出定し、その後に、相、作用、現起(現象)及び近因に基づいて、諸々の禅支とそれらに相応する所の名法、すなわち、触、受、想などなどを識別する。この様に修習する事ができる様になったならば、彼はそれらのすべてを「名」として識別しなければならない、というのも、それらは所縁に「向かう」が故に（たとえば、安般似相）（《清浄道論》）。

《清浄道論》の指示に基づけば、あなたはこれらのジャーナ法の相、作用、現起(現象)及び近因によって、それらを識別しなければならない。意門引転心刹那の中には、12 個の名法がある。それらは、上に述べた 34 種類の名法の中の、識から精進までの 12 個の名法である。第四禅心路過程の中において、近行定の段階では、喜がない、すなわち、遍作、近行、随順と種姓の刹那には、喜はないのである。

12-3　52 心所（cetasika）

《阿毘達摩蔵》が分析する　52 心所は、以下の四種類に分類することができる：

1、七遍一切心心所；

2、六雑心所；

3、14 不善心所；

4、25 美心所。

12.3.1　通一切心所（aññasamānacetasika）

上の二組の心所――七遍一切心心所と六雑心所――は合わせて「通一切」と呼ぶ。直訳すれば「その他の共有する」である。美心でいうならば、不美心は「その他」（añña）である；不美心でいうならば、美心は「その他」である。上の二組の 13 の心所は、美心と不美心、二者共に「共有」（samāna）する。また、それらの品徳は、その他の、それと共同に、一心の内に存在する所の心所によって決定される、特にそれと相応する所の「根」または「因」（hetu）によって。善心の中において、それらはすなわち善であり；不善心の中において、それらはすなわち不善であり；無記心の中において、それらはまたすなわち無記である。この一点に基づいて、それらは「その他と共有する」と言われ、品徳において変化する。

12.3.2　遍一切心（sabbacittasadhāraṇa）

七遍一切心心所は「一切心」（sabbacitta）「皆に存在する」（sadhāraṇa）である。これらの心所は、識知の過程の中の、最も基本となる、かつ重要な作用を執行するが、それらが欠ける心は、目標を識知することができない。

12.3.3　雑（pakiṇṇaka）

このグループの六個の心所は、遍一切心心所と同じく、品徳の上において変化する、すなわち、品徳は、それに相応するその他の心所によって決定される。それらと遍一切心心所の差異は:それらはある種の種類の心においてのみ出現しない、一切心ではない。

12.3.4　遍一切美心（sobhaṇa　sadhāraṇa）

諸々の美心所は、四つのグループに分けることができる。一番目は 19 個の遍一切美心心所で、一切美心の心所において、必ず出現する。それらと一切心心所との差異は：それらはある種の種類の心においてのみ出現する。一切心ではない。

12-4　ジャーナ名法の相、作用、現起(現象)と近因

今私は、安般似相を目標に取る所のジャーナ名法の相、作用、現起(現象)と近因について解説する。

12.4.1　心（citta）

心とは、四種類の究極法の一種である。先に心を研究するのは、仏教において、究極法を分析する中心点をば、己自身自ら体験する事においているからであって、また、心は、体験の主要な要因であり、安般似相等の目標（所縁）への識知である（＋が故に）。

パーリ語の citta（心）の源は、自動動詞 citi（認知；識知）である。諸々の論師たちは、三つの方面において、citta（心）を解説する：造作者、工具、活動・・・である。

造作者としては、心は、目標者を識知する（ārammaṇaṁ　cintetī　ti　cittaṁ）。

工具としては、心と相応する所の心所は、心を通して、目標を識知する（etena　cintentī cittaṁ）

活動としては、心は、純粋に、識知の過程に過ぎない（cintanamattaṁ　cittaṁ）。

「純粋活動」という、この定義は、三者の中において、最も適切な定義、説明である、すなわち、心は、純粋にただ目標の過程を認知するか、あmたは識知するのみであるが故に。識知の活動以外、それは造作者に属したり、または工具としての実際の個体、実体はない。「造作者」と「工具」という定義を持ち出すのは、ある種の人々の「我見」を対治する為である；目標を識知することのできる造作者または工具をば、「恒常なる不変の我」とするのは邪見である。仏教学者は、これらの定義が、識知の活動を実行する「自我（恒常的我）」などない、ただ、心が識知しているのみである事を顕示しているのだ、と指摘する。この心とは、識知活動のほかなく、この活動は、必ずや生・滅する無常なる法であるに違いない。

12.4.1.1　四種類の鑑別法

どの様な究極法を説明するにしても、諸々のパーリ論師は、四種類の鑑別法を用いて、それらを区別する様にと提言している。この四種類の鑑別法とはすなわち、一つひとつの究極法のそれぞれの：

一、相（lakkhaṇa）、その特徴；

二、作用（rasa）、それが執行する所の任務（kicca-rassa）または獲得する成就（sampatti-rasa）；

三、現起(現象)（paccupaṭṭhāna）、それが［禅修行者の］体験上に顕現する方式；

四、近因（padaṭṭhāna）、それが直接依存する所の近縁。

12.4.1.2　心の相、作用、現起（現象）と近因

心について言えば、その特徴は目標を識知する事である（vijānana）。その作用は諸々の心所における前導者（pubbaṅgama）である、というのも、それは諸々の心所を領導し、また、常にそれらが随伴するが故に。その現起（現象）は、禅修行者の体験の中において、相続して不断の過程（sandhāna）として顕現する。その近因は名色（nāmarūpa）または相応する名法及びその依処色、またはその依処色と目標である、というのも、五蘊界（pañcavokāra）の中において、心は、まったく心所依処色、またはその他の依処色及び目標に依存することなく、単独で生起することは、まったくもって不可能であるが故に。

12.4.1.3　四種類の究極法（paramattha　dhamma）

究極法には四種類ある：

心（citta）

心所（cetasika）

色（rūpa）

涅槃（Nibbāna）

心、心所と色法は有為法であり、また行法（saṅkhāra　dhamma）とも呼ばれる；それらは独自に生起することができない。一つひとつの項は、その他の法を縁として生起する。たとえば、心は、独自に生起することができず、相応する心所を縁として生起する外ない。

心と心所は、皆名法であり、安般似相などの目標を体験することのできる究極法である。色法は、どの様な目標も体験することができない。心と心所は、同時に生じ、同時に滅し、同一の目標と依処を擁する。しかし、それらは異なった種類の究極法である。心と心所の間の教法別を理解するために、《法聚論》の註釈である《殊勝義註》において、国王とその侍者のたとえ話を挙げている。国王は首脳であり、最も重要な人物であり、彼に付き従うのは、従者である。我々の日常生活において生起する所の諸々の心は、安般似相などの目標を識知する首領であり、心所はすなわち、心の助手である。心所は、一つひとつの心識刹那において、己自身の任務を執行しなければならない。一つひとつ

の心識刹那の中において、心とそれに相応する所の心所は、同時に生起し、その後に、即刻、壊滅する。

あなたは、心と心所が、何の役目を果たしているのかを、詳細に知りたくて、質問するかも知れない。心と心所は、抽象的なものではなく、あなたが止禅の修行をする時、それらは活発に運用される。もし、心所がないならば、我々は見ること、聞くこと、想うこと、造作すること、怒ることや執着することができない。たとえば、安般似相を知見するのは、まさに心なのである。心が、安般似相という、この法塵を識知する。

この作用を執行するため、それは心所の助けを必要とする、たとえば、安般似相と心を連結するための触、目標に専注するための一境性及び目標を透視する所の慧根など。

上に述べた事柄から、心所を深く理解する事は必要である（＋事が分かる）。それらは、我々の日常生活の中において生起し、それらが出現する時、我々はそれらの特徴を識別できていなければならない。究極法を了知しないのであれば、苦聖諦と苦集聖諦を了知することはできない；この二項の聖諦（行法）は、観智の目標である。もし、これらの行法を了知しないのであれば、我々は如何にして、それらの無常・苦・無我を観照することができるのであろうか？　名色法を識別できて初めて、我々は、心の近因は、相応する心所と色法である事、すなわち、依処色と目標であることが、分かるのである。

12.4.2　触（phassa）

パーリ語 passa（触）の源は、phusati　から来ており、その意味は「ぶつかりに行く」である。がしかし、触を、色法が身根にぶつかるだけの事である、と理解してはならない。実際は、それは一つの心所であり、それを通して、心は、目標との「接触」を得、その事によって心路過程全体が始まる、という訳である。

触の特徴は「接触」である；

作用は衝撃、すなわち、目標と識を相互に打つ事；

現起(現象)は識、根門と目標を集合させる事；

近因は諸問の境に出現する。

その特徴は、非色法ではあるものの、それはなお、目標に接触する方式によって発生する。それは目標に接触する、たとえば、安般似相などで、それを体験するのである。

この点を鑑みて、論師は、それはそれの自性であると言う、それがたとえ非色法であっても。接触の特徴は、以下の様な状況の下で明確である：他人が酸っぱいマンゴーまたは熟したマンゴーを食べているのを見て、己自身も唾が出る；他人が災難に遭っている

のを見る時、同情する者の身体が震える；男性が非常に高い木の枝の上で立ち上がる時、地面にいる小心者の足が震える；夜叉などの恐ろしいものを見た時、足が萎えて、力が無くなる。

これらの作用に関して、それは識と目標を繋ぐ、打つ所の法である。触と境色の色塵と声塵の共通点は、効用はあるが、連結しない事である。ちょうど、目と耳は、其々色塵と声塵（＋と対応するが、しかし）それぞれに連結していない、のと同じである（ママ）。実際は、触の衝撃とは、識と目標が集合して生起するものである（相聚する）。

それの現起(現象)が、集合による生起と言うのは、その作用によって形容されているのである、すなわち、根門、目標と識という、この三種類の項は、同時に発生する、たとえば、眼根、色塵と眼識などなど。安般ジャーナに関しては、同時に発生する三項は、意門（有分）、安般似相（目標）とジャーナ心である。

その近因をば、根門に出現する所の境である、と言うのは、境色においてその中の一つの根門が顕現する時、それは適切な識の反応を通して、自然に生起するからである。

適切な識の反応とは：五門引転心または意門引転心は、当該の目標に引転する必要がある。安般ジャーナに関しては、意門引転心は必ず、安般似相を縁にとって、それを目標としなければならない。 目標（安般似相）は、必ず、意門に顕現しなければならない。

これを、適切な識の反応という。

12.4.3　受（vedanā）

受とは、目標を感受する心所である。それは、目標が体験される所の感受の方式である。パーリ語　vedanā　は、多くの異なった心所の、複雑な現象に関連する所の、感情の事をいうのではなく、純粋に、ある種の体験に対する感受を言うのである；この感受は、楽、苦、または捨であり得る。初禅、第二禅、第三禅の受は楽聚であり、第四禅の受は、すなわち、捨受である。

12.4.3.1　楽受

楽受の特徴は、可喜所縁（＝喜ばしい所縁、以下同様）の感受である、たとえば、安般似相、または、その特徴は満足である；

作用は、相応の名法の強化；

現起(現象)は支援；

近因は軽安。

其の他の心所はただ間接的に目標を体験するのみだるが、しかし、受は、直接、完全にそれを体験する。この点に関して、その他の心所は、国王の為に食べ物を準備する料理人の様であり、食べ物を煮炊きする時に、少々味見をするくらいであるが、受は、（＋国王は）国王の食べ物を、目いっぱい楽しむことができるのと同じである。

12.4.3.2　捨受

第四禅の受は、捨受である。捨受の特徴は、中捨としての感受であること；

作用は相応の名法を強化することもなく、減衰することもない；

現起(現象)は安寧；

近因は無喜無楽の心。

12.4.4　想（saññā）

想の特徴は、目標の品質を体験する事；

作用は、次回、同様の目標に出会った時に「これはあれと同じものである」と知るために、それに標記する事、または以前すでに体験した事のある目標（abhinivesa）を認識する事、たとえば、視覚障碍者が「象」を見るが如くに；

近因は各種の形式でもって出現する所の目標、たとえば、幼児が案山子を人間であると思うなど。

その過程は、大工が、各種の木材の上に記して、それが何であるかを認識する為の記号と同じである、と比喩される。ここにおいて、［安般ジャーナ］は、ジャーナ定に随伴し、安般似相を体験する想である、と定義する。

12.4.5　思（cetanā）

思は、識知の過程の目的を実現する心所であり、故に、「思」と呼ばれる。諸々の注疏における思の解釈は以下の通りである：それは各々に相応する法が、目標に対して行動を起すのを組織する事である。

その特徴は、願望的な状況を呈する事；

作用は（業の）累積；

現起（現象）は相互の配合の指導；

近因は相応の法。

それは一人の大弟子の様である、大工の仕事を主管するか、指導して、己自身の仕事また他人の任務を遂行する。一人の大弟子は、己自身、読経の任務を遂行するだけでな

く、その他の弟子が読経するのを助ける；こうしたことから、思が目標に対して作業を執行する時、それはまた、その他の相応する法に対して、各々任務を執行する様に指揮する。それが、相応法に対して、緊急の任務または憶念または安般似相などの目標に専注する様に促す時、それは明確、明晰になる。思は、業を造（ナ）す最も主要な要素である、というのも、（＋人々が）採用する所の行動の善・悪は、思によって決定されるが故に。ここにおいて、それは、己自身及びそれに相応する所の名法が、安般似相を目標として縁に取る、という作用を完成させる。

12.4.6　一境性（ekaggatā）

一境性とは、心及びその目標（たとえば、安般似相）が結合して一境になる事を言う。

それは、ジャーナの中において、禅支として初めて顕著になることができるが、諸々の阿毘達摩の論師たちは、一切の心の中において、たとえ最も基本的な心の中においてさえも、それは心をして専一させる能力を擁していて、心を目標（たとえば、安般似相）に専注せしめる作用を執行する、と言う。それは、心をして、平安・平穏に目標の上に置かしめるか、または目標の上に、正確に置かしめるか、または純粋に心をして専注せしめるがゆえに、それは定である。

一境性または定の特徴は、不散乱である；

作用は相応法の統一、それは粉石鹸に対する水の作用の如くである；

現起（現象）は平静；

通常、その近因は楽。

心の安定とは、無風の時の灯火の安定と同じ。

12.4.7　名命根（jīvitindriya）

命根には二種類ある、その一つは同一の心識刹那を維持する所の、それに相応する名法の命である名命根であり、もう一つは、同一の粒の色聚の中の色法の命を維持する所の命根色である。名命根だけが心所である。それを通して、それら（同一の心識刹那の中の、相応する名法）は活力を得ることができるか、またはそれ自身、生きたらしめる事ができるか、またはただ生きていることができる。故に、それは命である。

その特徴は、同一の心識刹那の中の相応する名法である；

作用は、それらの発生を支援する事である；

現起(現象)はそれらの存在を維持する事；

近因は維持されるべき名法。

12.4.8　作意（manasikāra）

このパーリ語の直訳は「心の造作」を意味する、すなわち、心において目標を顕現せしめる事。作意とは、心をして、目標に転向させる心所である；それを通して、目標が心において顕現する。それは、今ここの心と、その前の有分心をして、異なるものにするが故に、作意と言う。それは以下の様な形式で作為する：

「所縁をコントロールする作意」（ārammaṇa-paṭipādaka-namasikāra）

「心路過程をコントロールする作意」（vīthi-paṭipādaka-manasokāra）

「速行をコントロールする作意」（javana-paṭipādaka-namasikāra）。

ここにおいて、「所縁のコントロール者」とは、心の中における造作者である、故にそれは作為する――目標を心において顕現せしめる心所である。

「心路過程のコントロール者」とは、眼識などの心路過程を、心中に顕現しせめる所の、五門引転心である。

「速行のコントロール者」とは、速行心を心中に顕現せしめる所の意門引転心である。

この三者の内、ここで説明するのは作意の心所である。

作意（所縁のコントロール）の特徴は、相応の法を目標に向かって「指示して向かわせる」（sāraṇa）；

作用は、相応を目標へ（＋引導し）向かわせる；

現起(現象)は目標に対面する；

近因は目標。

作意は船の舵が、船の方向を目的地に向かわせるのとよく似ている；または御者が、馬たちをその目的地に向かわせる様に、作意は、相応の法を指揮して、目標に向かわせる。作意と尋の二者は、区別されなければならない；前者は相応の法を目標に転向させるものであって、後者は、それらを目標に投入するのである。作意は、一切の心において欠ける事のできない識知の要素である；尋は、欠かす事のできない特有の心所であるとは言えない。（注 6）

注 6：パオサヤドーの著書《智慧之光（智慧の光）》によると、尋、思と作意の違いは以下の様になる：「尋は心と心所を目標に投入する；作意は、心と心所を目標に転向させる；思は、心と心所が目標に向かうよう促す。それらの間の差異とは、マハーカンダヨン長者は以下の様に、ボートレースに譬える：ボートレースの時、一つの船に三人の漕ぎ手の選手が船に乗る。一人は後ろに座り、一人は真中に座り、一人は先頭に座る。後ろに座る選手には、二つの任務がある。船の方向をコントロールしなが

ら、船を前に向かって漕ぐ。真中の選手は、船をコントロールすることはなく、ただ船を漕ぐ事に専念する。前に座る選手は、船を前に向かって漕ぐだけでなく、ゴールを確認する任務を擁していて、最も忙しい人物となる。前に座る選手は、思の様であり、中間の選手は尋の様であり、後ろの選手は作意の様である。この様に、作意は、相応する心と心所を、目標に転向させる；尋は、作意の指示を受けた心と心所を目標に投入せしめる；思は最も忙しく、それはちょうど大工のよき助手の様に、己自身の仕事をこなすだけでなく、同時にその他の弟子の仕事も進むようにする。

12.4.9　尋（vitakka）

色々な禅（＝ジャーナ）は、「禅支」（jhānanga）の心所によって、区別される。

一つひとつの禅心の、多くの心所の中において、これら［禅支と呼ばれる］心所が、諸々の禅（＋のレベル）の相違を齎すし、また、それらが心をして安止に証入させしめるのである。上に述べた様に、初禅には五禅支［尋・伺・喜・楽・一境性］がある。もし、初禅に入りたいのであれば、この五禅支は、よりよくバランスしなければならないし、目標に対して、しっかりと、緊密に念じる事（=業処を忘れない事）、及び安止に入るのを妨害する所の五蓋を調伏しなければならない。

經の中において、「尋」という言葉は、思考を代表するかの如くに、不正確に用いられる事が多い。しかし、《阿毘達摩蔵》の中においては、それは心を投入する事、またはそれを目標に向かわせる所の心所であると、明確に述べられている。国王の信書が、村人をして宮殿に入らせしむ様に、尋は、心をして目標の中に投入せしめるのである。

禅定の修習に関して、尋の特別な作用は、昏沈睡眠の蓋（thīnamiddha）を退治することである。

尋は心をして目標に投入せしめる。

その特徴は、心をば、目標に投げ入れるまたは向かわせる事；

作用は、全面的に、目標を打つこと；

現起（現象）は心をして、目標に向かわせる。

註釈の中では、その近因に言及していないものの、目標（たとえば、安般似相）を知る事ができるのは、すなわち、それの近因である。

通常、一般的な尋は、心をして目標に投入せしめる事であるが、しかし、定の育成を通して、尋は禅支に変化することができる。その時、それは「安止」（appanā）と呼ばれるが、それはすなわち、心を目標、たとえば、安般似相に安止させる、という事を意味する。尋はまた、「思惟」（sankappa）とも呼ばれるが、この場合は、「邪思惟」

（micchāsankappa）と「正思惟」（sammāsankappa）の二種類に分けることができる。後者は、八聖道分の第二道分である、というのも、それは心をして、四聖諦に投入せしめるが故に。

12.4.10　伺（vicāra）

伺もまた、禅支の内の一である。伺は、継続的に投入（vicaraṇaṁ　vicāro）することである；意味は、継続して維持する事（anusañcaraṇa）。

その特徴は、目標の省察を通して、持続的に目標を押さえておく事、または心をして、目標に維持せしめる事、たとえば、安般似相に；

作用は、繰り返し、相応する名法を目標に投入する事；

現起(現象)はそれらを目標に釘づけする事；

近因は目標。

尋と伺の間の差異は、前に述べた通りである。

12.4.11　勝解（adhimokkha）

パーリ語の adimokkha の直訳は「心を開放して、目標に入らしめる」；

このことから、勝解または決意とする。決定する事、すなわち、勝解である。

その特徴は、［目標の］確定；

作用は、不猶予；

現起（現象）は堅く決定する事；

近因は選択するべき法または目標。

目標に対する不動揺なる決心に鑑み、石柱とも見做す。

12.4.12　精進（viriya）

精進とは、奮闘の境または行為をいう。

その特徴は支持、奮闘と駆動；

作用は支持または安定した相応の名法；

現起(現象)は後戻りしない事；

「激励を受けて、彼は明智的に奮闘する」ため、その近因は、恐怖感または界に尽力するかまたは精進するかであって、すなわち、精進を惹起できる所のすべての事柄。ちょうど、古い家屋に、新しい柱を何本か加えて、それが倒壊しない様にする様に、または

後方部隊の軍隊が、国王の軍隊を助けて敵を倒すが如くに、精進は、すべての相応の法を支持し、それが減退しない様に、することができる。正確は進展の下、一切の成就の根本である。

12.4.13　喜（pīti）

　それは、心と相応する所の心所を清くさわやかにし、喜悦し、満足せしめ、精神は渙発するが故に、それは喜である。

諸々の禅支を説明するときにすでに言及したが、その特徴は「喜びまたは満足」（sampiyāyana）である；

作用は、身と心を清くさわやかにして、または喜悦を遍満させる；

現起(現象)は喜悦；

近因は目標または名色。

註釈では、その近因に言及していないが、我々は、近因は目標または名色である、と言う。

12.4.14　欲（chanda）

　ここでいう「欲」は、行動への欲（kattu-kāmatā）である。すなわち、有る事柄を実行したい、またはある種の成就を得んとする事である。

この「欲」（chanda）と、不善に属する貪（lobha）または貪欲（rāga）とは、その精進（＋の性質に基づいて）区別しなければならない。

諸々の経の中において、「欲」（chanda）は、貪（lobha）または貪欲（rāga）と同じ意味に用いられていて、故に、不善の含意を擁している。しかし、諸々の（＋他の）経において、「欲」は善心所が潜在している、すなわち、正精進であると言う。それは、それらが不善法を断じ除きたいと欲し、善法を得たい欲する時を言うのである。

貪または貪欲に相応する欲は、絶対に不善である；

しかし、それが善心所と組み合わさった時、善量な目的を追求する所の善欲となることができる。

欲の特徴は、行動を欲する（善業または悪業を造(ナ）す）；

作用は、目標を探す事；

現起(現象)は目標を必要とする事；

近因は目標の希求。

心の手が目標に向かう事と見做すことができる。

12.4.15　信（saddhā）

　信の特徴は、信心(=確信)のある事。

作用は清らか、清水宝石が混濁した水を清らかに変えることができるが如く；

または啓発、洪水の流れを渡が如くである。

現起(現象)は迷妄でない事、心の不浄を取り除く事、または猶予しないと決意する事。

近因は八種類の、信じるべき事柄、または正法の聴聞及びソータパナ支。

12.4.15.1　八種類の信じるべき事柄

1、仏

2、法

3、僧（＝サンガ）

4、（戒・定・慧）三学

5、過去蘊

6、未来蘊

7、過去と未来蘊

8、縁起

12.4.15.2　四ソータパナ支

ソータパナ支には四種類ある：

1、依止善士（sappurisūpanissaya）

2、正法の聴聞（saddamma-savana）

3、如理作意（yoniso　manasikāra）

4、依法修行（dhammānudhamā-paṭipatti）

　「信」は手と同じであると見做すことができる。というのも、それは善法を持し、執行するが故に。もし、人が、多くの、異なった種類の宝の山に来て、宝を見たとするならば、手があって初めて、それらを手にすることができる。同様に、もし、人が、仏教に対して、充分な信心(=確信)がある時、彼は多くの、異なった善法、たとえば、布施、戒清浄、定、観智及び聖道智を持し、執行することができる。故に、信は手と同じであると、見做すことができる。信はまた、財産、富と見做すこともできる。

仏陀は言う：

「この世間において、人にとって最も大きな財産、富とは、信である」

もし、人に充分な財産、富がある時、彼は、各種の異なった宝を見た時、それを買うことができる。しかし、彼に充分な財産、富がない時、彼には宝を買うという事ができない。同様に、もし彼が、仏教に対して充分な信心(=確信)があるならば、彼は、各種の異なった善法、たとえば、布施、戒清浄、定、観智及び聖道智を累積することができる。

しかし、もし、彼に充分な信心(=確信)がない時、彼はこれらの善法を累積することができない。故に、信は、財産、富であると、見做すことができる。信は、種と見做すこともできる。もし、人に種があるならば、彼はそれらの種を、適切な場所、よい気候のところに植えて、その果実を得ることができる。しかし、彼に種がないならば、彼はその様な事を実践することができない。

同様に、もし、彼に仏教に対する充分な信心(=確信)がある時、彼は信の種を植えることができ、法に依る修行の下、各種の異なった果実、たとえば、布施、戒清浄、定、観智及び聖道智を得ることができる。しかし、彼に充分な信心(=確信)がなく、法に依る修行が出来ないのであれば、彼は、この教法の中において、何等の成就、たとえば、神通、観智、聖道と聖果を、得ることができない。故に、信は種と見做すことができる。

12.4.16　念（sati）

念の特徴は、不漂泊である、すなわち、目標に対して念々として、知っており、流失することがない；

作用は、惑わないまたは目標を見失わない事、たとえば、安般似相など；

現起(現象)は心と目標を守護する事、または心が目標の状態に対面する事（＝受け入れる事）；

近因は、強くて力のある想（thirasaññā）または四念処。

諸々の論師は以下の様に解説する：

念は心を安定的に保持して、目標を明記する、たとえば、安般似相等。ちょうど大きな石が深い湖の底に沈むが如くであって、瓢箪が湖面に浮かび漂うのとは異なる。

また、守衛と見做すこともできる。というのも、それは心を保持して、煩悩が六門において生起するのを防ぐが故に。また、安般似相などの目標が、注意力から離脱するのを防ぐことができる。

12.4.17　慙（hiri）

慙の特徴は、悪行に対して、嫌悪を感じる事；

作用は純潔で悪を造(ナ)さない事；

現起(現象)は純潔で諸々の悪を避ける事；

近因は己自身を尊重する事。

12.4.18　愧（ottappa）

愧の特徴は、悪行に対して、怖れを感じる事；

作用は、怖れのために、悪を造(ナ)さない事；

現起(現象)は、怖れのために、諸々の悪を避ける事；

近因は、他人への尊重。

人は、己自身を尊重するが故に、慙を通して、悪行を断じ除くが、それはちょうど良家の子女の行為と同じである；

彼は、他人を尊重するた故に、愧を通して、悪行を断じ除くが、それは高級娼婦の様である。

仏陀は、この二法をもって、世間の守護者であると述べたが、というのも、それらは、世間が広範な不道徳に陥るのを、防ぐことができるが故に。

12.4.19　無貪（alobha）

無貪の特徴は、心が目標（所縁）に対して貪求しない事、または目標に執着しない事、たとえば、水玉が蓮の葉に粘着しないが如くである；

作用は不執着；

現起(現象)は無執着；

近因は、彼が不執着であること、または如理作意された目標。

無貪とは、貪念がないだけではなく、正（＝ポジティブ）的な品徳も含む事を理解しなければならない、たとえば、布施や捨離などである。

12.4.20　無瞋（adosa）

無瞋の特徴は、粗野でない事または対抗しない事；

作用は怨恨の除去または怒りの火の除去、タルカンパウダーによって身体の熱を去るが如く；

現起(現象)は、喜ばしい、愛すべき；

（近因は目標への如理作意。）

無瞋は慈愛、温和、協調、友愛などの良好な品徳を含む。

12.4.20.1　慈（nettā）

無瞋が慈愛または慈梵住（mettā）として顕現する時、その特徴は、有情の幸福の促進；

作用は、他人の幸福の祈願；

現起(現象)は瞋恚と怨恨の除去；

近因は有情を喜ばしい、愛すべき存在と見做す事。

慈愛と、それに近い敵の区別を知らねばならない、それはすなわち、利己的な愛である。

安般ジャーナ法の無瞋は、粗野でない事であるが、慈愛ではない。同様に、もし、無瞋が究極名法または色法を目標に取る時、それは粗野ではない、ということになる。

12.4.21　中捨性（tatramajjhattatā）

この心所の、パーリ語の直訳は「中間地点に位置する」である。これは捨心と同じ意味の言葉であるが、捨受とは異なり、心の平静、無執着と平等なる態度を言う。それは、それと相応して生起する所の心と心所を中捨に保持し、それらをバランスを保ちながら運用せしめる。

中捨性の特徴は、バランスを保ちながら、相応する心と心所を帯動することである；

作用は、過多または不足の防止、または偏向の除去；

現起(現象)は中立。

心と心所を中捨性でもって傍観する時、良馬が安定して前進するのを中捨的に傍観する御者の様である。有情に対して、中捨性を保持する捨無量心は中捨心所である。それは差別や偏向を持たずして、一切の有情に対して、平等に対応する。この捨と、その近い敵である所の「無明によって生じた所の世俗捨（分別を知らない捨）」と混同してはならない。

捨無量心（捨梵住）の特徴は、諸々の有情に対して中捨的に対応する事；

作用は諸々の有情を平等に見做す事；

現起(現象)は、憎悪と好み（＝偏愛）を断じ除く事；

近因は、業の擁有性を知見する事。

擁有性とは:「衆生は己自身の業の主人である。それを通して、彼らは楽しみを獲得し、または苦痛から逃れ、または到達した成就を失うことがない。」

憎悪や好み（＝偏愛）を断じ除く時、それ（＝中捨）は成功し、無知の捨であるときは失敗する；

無知の捨とは、世俗の生活の中において、無明によって生起する世俗捨（分別、区別を知らない）である。

12.4.21.1　禅捨（jhānupekkhā）

第三禅の中において、捨は最も顕著である。故に諸々の聖者は言う：「捨と正念を擁する者は楽において安住する」。当該の捨とは中捨性であり、禅捨と呼ぶ。

禅捨の特徴は、目標に対して中立を保つ事である；

作用はそれに相応する、最も殊勝な世俗的な楽を横において顧みない事；

現起（現象）は殊勝な楽であっても執着しない事；

近因は喜（pīti）の消失。

次の 12 個の遍一切美心所は六対あり、一つの対ごとに、一個は「名身」（kāya）に関連し、もう一つは心（citta）に関連する。ここにおける名身は諸々の相応する心所全体を指し、それらが「全体」であることによって初めて「身」と呼ぶことができる。

ここでは、「身」は受、想と行の三つの名蘊を指す。

12.4.22　身軽安（kāyapassaddhi）

身軽安の特徴は、心所の不安を平静にする事；

作用は、心所の不安の破除；

現起（現象）は心所の安寧と冷静；

近因は相応する名身。

12.4.23　心軽安（citta-passaddhi）

心軽安の特徴は、心の不安を平静にする事；

作用は心の不安の除去；

現起(現象)は心の安寧と冷静；

近因は相応の心。

それらを、名身（=心所）と心をば、ざわつき、不安に至らせる所の掉挙及び後悔を対治する事であると見做す（＋時）、それらは、善心の生起を阻止し、掉挙から導かれる煩悩と対立する。軽安には多くのレベルが存在する。我々が布施をしたり、持戒をしたりする時、心所と心の軽安がある。もし、正確に、軽安の相に関する正見を持つならば、高度のレベルの軽安に向かう人は、それを育成することができる。

止禅を修習して、ジャーナ（たとえば、安般ジャーナ）に到達できる人は、高度のレベルの軽安を体験することができる、というのも、ジャーナの刹那には五根門の領受がなく、またそれらの奴隷になる事がないが故に。しかしながら、最も高度なレベルのジャーナ軽安であっても、煩悩を滅し除くことはできない。ジャーナ心が消滅した後、それらは再度生起するが故に。仏陀と多くの弟子たちは、軽安を育成してジャーナの段階に到達したが、しかし、この事は決して、一人ひとりの修行者が、ジャーナを育成して後でしか、観禅を修習することができない、という事を意味しない。

仏陀は解説して言う：ジャーナ法もまた観禅の目標となりえる、と。

この事は、ジャーナを証得する事のできる人々に、それらに執着しない様に、と教えるものであり、それらを如実に、無常・苦・無我であると了知する様にという教えでもある。心所と心軽安は、一つひとつの善心と俱生する、故に、観智を育成する時、それらもまた生起する。究極名色法及びその因、及びそれらの無常・苦・無我の本質を了知し、正見を擁することができたならば、その時にも軽安は存在する。その時、貪欲または瞋恚によって生じる干渉がない。軽安はその中の一個の覚支である。正見（＋のレベル）が向上する時、軽安覚支（＋のレベル）もまた向上する。証悟の時、聖道心と俱生する所の軽安覚支は出世間覚支である。煩悩が、次の段階における証悟によって断じ除かれる時、心は更に平静を増加し、掉挙は更に減少する。すでに、一切の煩悩を滅尽した阿羅漢は、すでに真正なる軽安に到達していて、それはすなわち、二度と煩悩の干渉を受けない軽安である。阿羅漢に関しては、《法句經》の偈を参照の事：

「完全なる解脱、寂静と平安のまさしく了知者、彼は意平静であり、語平静であり、身もまた平静である。」

12.4.24　身軽快性（kāya-lahutā）

身軽快性の特徴は、心所の沈重性を取り除くこと；

作用は心所の沈重性の突破；

現起(現象)は心所の不軟弱；

近因は相応の心所。

12.4.25　心軽快性（citta-lahutā）

心軽快性の特徴は、心の沈重性を取り除く事；

作用は心の沈重性の突破；

現起(現象)は心の不軟弱性；

近因は相応の心。

この二者は、心所と心に沈重を齎す昏沈と睡眠を対治すると見做すことができる。《法聚論》に基づくと、この一双の心所は、軟弱無力でないところに存在し、それは「警覚（＝するどい気づき、以下同様）」を擁するものである、とする。

《根本疏鈔》では、心所と心の軽快性に言及して、その含意を明確に、以下の様に言う：

「心をして、迅速に善法または無常観などに転向せしめる能力である」

軽快性は、善法が沈重軟弱になる昏沈と睡眠を（＋対治する）対立法である。

不善心が存在する時、すなわち、沈重性であるが、我々は何等の善法も実行できなくなる、たとえば、布施、持戒、止禅または観禅の修行等。善心には信が必要であり、念または忘れない（＋という心）が必要であり、名法の軽快性でもって、沈重性と膠着性（＝、固着性、心のこわばり、以下同様）を克制しなければならない。心所と心の軽快性が存在する時、それは気づきをもって反応し、善法の実践のチャンスを逃すことがない。

たとえば、あなたが、安般念の修行をしていたとする；その時、多くの時間において、警覚心（＝するどい気づきの心、以下同様）はないであろう。あなたは昏沈と疲労を感じ、息を覚知する事に興味がなくなる。しかし、正念の生起する時、心所と心の軽快性は、それらの作用を執行しているものである；疲労が消え去ると、次に登場するのは警覚心である。

定力が上昇する時、軽快性もまた上昇する。定が安般似相に専注する時、軽快性もまた心の沈重と軟弱を断じ除く作用を執行する。軽快性があるために、疲労は消失し、次に安般似相に専注する警覚心がやってくる。正見を育成するにも軽快性は必要である。

究極名色法およびその因を了知する所の正見を育成する時、軽快性が軟弱性を断じ除いている。もし、このチャンスを逃さないならば、必ずや、最終的には、究極法を無常・苦・無我として知見することができる。観智が更に一歩進んで上昇する時、観智の末端において、涅槃を目標に取る所の聖道智が生起する。この時、軽快性もまた、聖道心と相応して生起し、涅槃を縁として目標に取る。各々のレベルの聖道智に相応しながら生起する所の軽快性は、段階的に沈重性と軟弱性を断じ除いていく。それらを完全に断じ除いた人は、二度と沈重性と軟弱性を擁することはなく、円満なる軽快性に満たされる。

12.4.26　身柔軟性（kāya-mudutā）

身柔軟性の特徴は、心所の固着性を断じ除く事である；

作用は、心所の膠着性（＝固着性、以下同様）の打破；

現起(現象)は目標に対抗しない事；

近因は相応する心所。

12.4.27　心柔軟性（citta-mudhutā）

心柔軟性の特徴は、心の膠着性（＝固着性）を断じ除く事である；

作用は心の膠着性（＝固着性）の突破；

現起(現象)は目標に対抗しない事；

近因は相応の心。

この二者は、心所と心の固着性を引き起す邪見または我慢（＝傲慢、以下同様）を対治すると見做すことができる。心所と心の柔軟性は、全面的に、邪見と我慢に対抗する。

邪見は膠着性と固執を招く。たとえば、ある人が不正確な修行に執着する時、その中には名法の膠着性がある事の表現である。彼は自分自身の古い習慣や考え方堅持しており、故に、邪見を断じ除くのは非常に困難である。また、ある人が、仏陀の弟子は、透視をしたり、究極名色法を識別できないといい、究極法を識別する智慧は、彼らの範疇の外である、というか、または色聚と呼ばれる微小粒子を見る事等できない、という。

これらの偏見は、究極法を了知する事への障礙になる。

仏法を聞いた後に、我々はそれを正しく思惟し、それに対して正しく修行するならば、観智の育成の始まりが可能になるかも知れない。我々は、一気に、一切を円満に了知することができる、などと考えてはならない。我々は、順序に従ってそれを育成しなけれ

ばならないが、それはすなわち、戒清浄、心清浄などなどである。心所と心の柔軟性もまた、我慢（＝傲慢）を対治することができる。心に我慢（＝傲慢）のある時、心は固着する。 我慢は、己自身の健康、外面、成功、栄誉と聡明によって生起する。我慢とは、非常に断じ除くことの難しいものである。唯一阿羅漢のみが、完全にそれを滅尽することができる。心所と心の柔軟性は、善心を支え、（＋それが存在する時）名法の固着性、不寛容は存在せず、正しい事柄に対して、心は開明性を保つ。名法の柔軟性は世故であり、粗雑でなく、固着がない。慈愛または瞋恚のない時、世故と温和が存在する。

一つひとつの善行、たとえば、布施、持戒、止禅または観禅の修行において、名法の柔軟性は、必要欠くべからずな事柄である。仏法を聞くときもまた、柔軟性が必要である。

それがなければ、開明的に、仏法を受け入れることができない；正念をもって、究極法を如実知見している時もまた、柔軟性が必要である。

12.4.28　身適業性（kāya-kammaññatā）

身適業性の特徴は、心所の不適業性の除去；

作用は心所の不適業性の突破；

現起(現象)は心所のある種の所縁（たとえば、安般似相）を目標に取る事に成功する事；

近因は相応の心所。

12.4.29　心適業性（citta-kammaññātā）

心適業性の特徴は心の不適業性の除去；

作用は心の不適業性の突破；

現起(現象)はある種の所縁（たとえば、安般似相）を目標に取ることに成功する事；

近因は相応の心。

それらを心所と心の作業に不適応のその他の諸々の蓋を対治するものであると見做す、また、それらを、信じるべき事柄を信じることと見做す。《増支部》では、以下の様に言う：金を不純潔、脆弱、不柔軟、不適業にするものは、五種類の汚染であり、それはその他の金属が混ざった時であり、それを不適業にするのはすなわち、鉄、銅、錫、鉛、銀である。同様に、五蓋は心を不適業にする：

「・・・同様に、比丘たちよ。五種類の汚染がある；それらの汚染を受けた心は、不柔軟、不適業、不清浄で輝かない、不安定になり、諸々の漏を断じ除くための、それらに対する専注を正確に実践できない。この五種類の汚染とは何か？　それらは：欲欲、瞋

恨、昏沈と睡眠、掉挙と後悔、疑である。これらは心をして不柔軟、不適業、不清浄で輝かない、不安定にし、諸々の漏を断じ除くための、それらに対する専注を正確に実践できない様にする。しかし、もし、心がこの五種類の汚染から脱離することができるならば、それは柔軟になり、適業になり、清浄で輝き、安定し、諸々の漏を断じ除くための、それらに対する専注を正確に実践することができる。智慧が了知し、悟ることのできるすべての法において、彼は心をしてそれを了知、悟ることができるように導き、向かわせることができる。その範囲がいかに多く、広くとも、彼はその一つひとつに通達することができる。」

《殊勝義註》では以下の様に言う：

適業性は、信ずるべき事柄を信じることができる様にせしめる、また善法を根気よく実行する様になる。一つひとつの善行に対して、たとえば、布施、持戒、止禅または観禅の修行などにおいて、名法の適業性はみな、必要である。適業性は、心をして作業に適合せしめ、己自身をして、自信を持たせしめ、根気よく善業実行せしめる様にすることができる。たとえば、誰かが安般念を、禅修の業処として、止禅を修習しようとする時、もし、名法の適業性がないならば、彼は修習に成功することができない。彼は適業性も基づいて、自信をもって、かつ根気よく、パーリ聖典の中において言及されている所の系統的な順序に従って安般念を修行しなければならない。

もし適業性がないならば、どの様な禅修業処をもってしても、安止に到達することはできない。観禅の修習をする時、心所と心の適業性は、それらを作用を執行する。

それらは、名色法に関する了知するための正見を、根気よく育成する所の助縁である。

名色法をば、ただの有為法に過ぎない、無我である事を了知して、正見を擁する時、それは、心の適業性を擁する事を意味する。観智を育成して五蓋を断じ除くことを向かわせる。それらをすでに断じ除いた人は、すでに円満なる適業性に到達することができる。

12.4.30　身練達性（kāya-paguññatā）

身練達性の特徴は、心所の健全性であ；

作用は、心所の不健全性の突破；

現起(現象)は心所の欠点、障礙のない事；

近因は相応の心所。

12.4.31　心練達性（citta-paguññatā）

心練達性の特徴は、心の健全である；

作用は心の不健全の突破；

現起(現象)は心の欠点、障礙のない事；

近因は相応の心。

この二者を心所と心の不健全なる無信の対治と見做す。この事は、心所をして健全にせしめ、能力を高め、効力を発揮せしめる事ができる（＋事を意味する）。練達性は、布施、持戒、止禅または観禅の修習などの善行を実行するにおいて、健全であり、能力があり、効力がある、といえる。この二者は、心の疾病を対治することができ、また、心の疾病である無信などの煩悩の対立法となり得る。もし、心が不善心である時、善法を信じないし、それは心に疾病があるのだと言える。名法の練達性は、善心に協調して、心と心所を健全で善なるもの巧みなものとし、最も効果的にそれらの作用を執行できる様にする。

善業の効力は、多くのレベルを擁している。戒・定・慧の三学に対する正見を育成する時、それはすなわち、一切の善法の練達性と善なる巧みさを育成しているのである。

ソータパナはすでに、邪見、疑と慳を滅尽しており、永遠に五戒を犯すことがない。

彼の布施と持戒は非聖者の布施と持戒より清浄であり、かつ、「私の善法」などと言う邪見に執着することがない。彼の仏陀の教法に対する信心(=確信)は、動揺することはなく、それはすでに一種の「エネルギー」となっている。非聖者と比較するに、彼は善法に対して、高いレベルの効力と能力を擁している。彼は、その他の人々の修行を効果よく助けて、四聖諦を証悟する道に導き、向かわせることができる能力を擁している。

このことから、己自身が正見を育成することは、他者とも関連があることを知る事ができる。更に高度なレベルの証悟を証得する時、また、その他の煩悩を断じ除く時、更に高度な練達性が存在する。阿羅漢果を証得するとき、練達性は円満する。

12.4.32　身正直性（kāyujjukata）

身正直性の特徴は、心所の正直性である；

作用は心所の欺瞞性の突破；

現起（現象）は心所の狡猾、欺瞞でない事；

近因は相応の心所。

12.4.33　心正直性(cittujjukata)

心正直性の特徴は、心の正直性である；

作用は心の欺瞞性の突破；

現起(現象)は心の不狡猾、不欺瞞；

近因は相応の心。

正直性とは、心所と心の正直性を言う。それらの二者は、心所と心が不正直と湾曲的な虚偽、虚構(=嘘っぽさ）、詐欺と狡猾に向かうのを対治する。虚偽（māyā）の特徴は、己の過失を隠蔽する事。虚構（＝嘘っぽさ）の特徴は、己自身にない美徳が有るかの様に振る舞う事。時々、人々の行為は不誠実であったりする。

《清浄道論》では以下の様に言う：我々は、某比丘が、虚偽、暗示、へつらい、まがりくねった言い方、不思議な表情と手真似で、資具を得る行為をする話を読むことができる。彼は、実際より以上に善い人間であると仮装して、人々の尊敬を勝ち取っていたのである。

《清浄道論》では又いう：ここにおいて、ある種の人間は、心に邪悪な願望を抱いて、願望の獲物（＋を探し）、尊敬を得る様渇望して、心の中において想う：「この様にすれば、人々は私を尊敬するであろう」こうして、歩くときの方式を設計し；横になるときの方式を設計し；研究した歩き方で歩き、研究した立ち方で立ち、研究した座り方で座り、研究した横の成り方で横になる；彼の歩き方は、心が非常に安定いている様に見え、立ち、坐り、横になる時も心が非常に安定している様に見える；は大衆の前において禅の修行をし・・・。

我々は、人から尊敬されたいと思って、実際の自分より更によい人間であると仮装（＝己自身の様子を偽る事、以下同様）する時がある。たとえば、我々が布施をする時、己自身の行動の中に、利己的な動機が存在している時がある。我々は、よい報いを受けたいと思い、褒め言葉を貰いたいと思い、有名になりたいと思う。人に聞かせる感動を伴う物語は、利己的な利益のためであったりする。正直性は、この様な不誠実を突破する。

それは、一つひとつの善心を支援する。正直性には多くのレベルがある。正見が上昇する時、正直性もまた同時に向上するし、また、正見は正直性と共に俱生するのである。

四聖諦を正見し、了知する時、正直性もまた同じく、それを了知する。四聖諦を了知した聖者は、歩くときも正直で、真正で、正確なる道の人である、と言われる。彼は中道を歩き、両端を避ける；彼は煩悩を滅尽することに向かう道を進む；一切の、生起する

究極法を了知して、正見を育成する時、たとえ貪と瞋に相応する不善心を了知する所の正見を育成した時、彼は、観智でもってそれらの不善行心を無常・苦・無我として観照することができるが故に、彼は中道を歩んでいるのだと言える。

もし、一直線に中道を歩むならば、我々は日常生活の中において正見を育成することができる、（＋たとえば）我々が笑う時も泣くときも、怒っている時も、布施する時も。

もし、一つひとつの行法を無常・苦・無我として観照するならば、我々は真諦を学び取ることができ、一つひとつの究極法はみな、因と縁の和合によって生起したものである事を学び取ることができる。直前に《清浄道論》における不誠実に関する解釈に言及したが、当該の比丘は、歩くとき、立つとき、坐るとき、横になるとき、心が非常に安定している様に見えると述べた。ある種の人々は、彼の心が非常に安定していて、それらの行為を実行しているのだと信じるかもしれない。心が非常に安定して事を成すのは善法であるが、しかし、この話においては、違っている。というのも、彼は己自身より更によい人間であるかの如く、仮装して振る舞っているが故に。究極法を明記する正念が存在する時、我々はそこに顕現する心は善心であるか、または不善心であるかを知る事ができる。

我々は己自身を理解することができ、それ故に、更に誠実になることができる。

歩くに中道の人は、己自身に誠実であり、煩悩がないなどと仮装する事もない。煩悩を如実に知見することができる時初めて、煩悩を断じ除く事ができる。心所と心の正直性は、正見を育成する心と随伴して、当該の心がその任務を遂行する事に協力する。ここにおいて、心軽安を通してのみ、心が軽安と、軽快、柔軟、適業、練達と正直になる事が出来る（＋事を表明する）。そして、名身の軽安を通して、ただ名身が軽安に変化するだけでなく、色身もまた軽安などなどに変化するのある。これが、なぜ、世尊が、ここで（＋は言及しながら）、一切処において、二種類の心所に言及しないのか、という理由でもある。多くの種類、多くのレベルの智慧がある。

仏法を研究した後、我々は究極名色法及び業報の法則に関して理論的な智慧を持つことができる。近行定または安止定を基礎にして、更に智慧を育成することができ、究極名色法及びその因を、己自身で自ら体験証悟した事によって智慧を擁する時、それはまた縁起を己自身で自ら体験した事でもある。

究極名色法及びその因は行法である。禅修行者は、系統的にそれらを無常・苦・無我として観照して、究極法に関する智慧を成熟させなければならない。それが成熟した時、究極法を自ら体験証悟した智慧、すなわち、聖道智と聖道果は、至上の智慧として、展

開することとなる；聖道智は、徐々に一切の煩悩を断じ除く。諸々の究極法を如実に知見することは、仏教の目標である。智慧とは、究極的には、何が真実であり、何が真実でないかを了知する事である。いまだ身見があるならば、我々は諸々の法を如実に知見することはできない。究極的に、人、動物と家屋は、すべて真実ではない。それらはただ想像上の対象であり、それらを構成している、単なる名色法または色法に過ぎない。

究極的には、名色法は真実である。それらは、近行定または安止定を基礎とした、透視を通した観智でもって、自性相を己自身自ら証悟（＋されなければならない。）

更に高度なレベルの育成、究極法を己自身自ら証得する事に関して、究極法の自性相を了知するだけでは足りない；自性相は、それらの区別が明確になる（＋ための）相である。順序に従って智慧を育成し、有為法の三種類の共相：無常相、苦相、無我相を透視しなければならない。この種の智慧は、観智と呼ばれるが、それは、人をして、この生において、涅槃を証悟する為の聖道智と聖果智が生起する助縁となるものである。

この種の智慧は、究極法と涅槃の真正なる本質を了知して、煩悩を断じ除く事ができが、しかし、唯一、仏陀だけが、それの指導と育成を行うことができる。この種の智慧は、自動的に生起することはなく、育成されなければならない。あなたは、この大切なチャンスを逃してはならない。

修行を通して、究極法の真正なる本質を了知して、涅槃を証悟するべきである。

《法句經》の偈に言う：不放逸は不死の道であり、放逸は死の道である。

不放逸なる者は不死であり、放逸者はすでに死んでいるのと同じである。

12.4.34　無痴（amoha）または慧根（paññindriya）

慧根（paññindriya）：パーリ語　paññā　は、慧か、または諸々の法（究極法）を如実に知見することを意味する。ここにおいてそれを「根」と呼ぶのは、諸々の法を如実に知見するに当たって、それは主要な地位を占めるからである。《阿毘達摩蔵》の中において、慧（paññā）、智（ñāṇa）、無痴（amoha）の三者は同義語である。観智もた、慧根というこの心所の中に含まれる。無痴または慧根の特徴は、究極法の自性相を徹底的に知見することか、または正確に透視することであるが、それはちょうど弓矢の射手が、矢で以て、目標を貫くが如くである；

作用は、灯火の如くに、目標を照らす事；

現起(現象)は明確な視察、明晰な観照；まさに仏陀の言う様に：「定のある者は、諸々の法を如実に知見することができる。」

この近因は、特に、観智の原因でもある。

前に述べた様に、この六対の心所は、一切美心と俱生する。一つひとつの善心、布施、持戒、止禅と観禅の修行において、それらは必要とされる。それらは善心及び俱生する所の心所と協調して、善法を有効的に実行する。それらは欲欲、瞋恨、昏沈と睡眠、掉挙と後悔、疑という、この五蓋を対治する。この六対の心所が存在する時、諸々の蓋は生起することができず、心と心所は、みな、健全に、かつ、より善く、それらの作用を執行することができる。正見は、この六対が代表する所の一切の善的素質に導く、縁生法である。

阿羅漢道心と果心の中において、それらは円満に到達する。あなたは、同様の方法を用いて、第二禅、第三禅、第四禅の心路過程の中の名法を識別しなければならない。

ジャーナ法を識別しなければならないだけでなく、あなたは、相、作用、現起(現象)と近因に基づいて、善速行と不善速行の存在する六門心路過程を識別しなければならない。

しかし、我々はこの一回の法話だけで、これら一切を討論しつくすことはできない。

あなたは一人の善くて巧みな導師の下で、学習と修行を実践しなければならない。

次に、私は、《大念処經》について解説する。

12-5　二種類の身

私はすでに、三種類の身：呼吸身、所生身と名身について解説した。この三種類の身の中において、呼吸身と所生身は合わせて色身と呼ぶ。このことから、身には二種類あると言える、すなわち、色身と名身である。それらを、なぜ、身と呼ぶのか？

というのも、それらは、単独では生起することができず、群れを成して生起する必要があるが故に、それらは身と呼ばれる。この「身」（kāya）という時、それは究極色法の身及び究極名法の身を指すことに注意する事。

12.5.1　内身と外身

あなたはこれらの身を身として観照しなければならない。

しかしながら、内在する自己の身を身として観照するだけでは、涅槃を証悟するには足りず、なお、外にある他人の身を身として観照しなければならない。

何故であるか？

あなたは内在する己自身の身に渇愛し、驕慢になり、邪見を持つだけでなく、外部に存在する他人の身に対しても渇愛し、驕慢になり、邪見を持つからである。外にある対象

に対する渇愛、驕慢、邪見等の煩悩を断じ除く為に、あなたは外部にある身を身として観照しなければならない。

たとえば、あなたは、己自身の子供、夫または妻の成功・成就に対して、一つひとつ驕慢になるかも知れない。この種の驕慢を断じ除く為に、あなたはそれらを無常として観照しなければならない。外部に存在する身への渇愛を断じ除く為に、あなたはそれを苦として観照しなければならない。「私の息子」がいる、「私の夫」がいる、「私の妻」がいるという邪見を断じ除く為に、あなたは、外部に存在する身を、無我として観照しなければならない。

なぜ、外部にある身は、無常・苦・無我であると言うのか？

若し、観智でもって、それらを観照するならば、あなたはただ、究極名色法をのみ、見る事になるであろう。それらは、生起するやいなや、即刻壊滅するが故に、無常である。

それらは、常に、生・滅の圧迫を受けているが故に、苦である。それらの中において、あなたをして「私の息子」「私の夫」「私の妻」と言い得る永遠不変の自己がないが故に、それらは無我である。

この様に観照する時、あなたは驕慢、渇愛と邪見という、この三種類の執着を断じ除く事ができる。

故に、仏陀は教えて言う：

「この様に、あなたは内在する身を身として観照する事に安住し、外部に存在する身を身として観照する事に安住する」

しかし、仏陀は続けて言及する：

「または、内在し、外在する所の身を身として観照する事に安住する」

なぜ、仏陀は、もう一言、加えたのか？

その意味は：初心者にとって、一回の座禅・瞑想だけで、内部にある身を身として観照することだけでは、足りないのである。何日も、何か月も、多くの時間をかけて観照しなければならない。彼は、外部にある身を身として観照しなければならないが、これもまた何日もの時間をかけて、観照しなければならない。

この様に観照した後、彼は、一回の座禅・瞑想の内に、内部の身と外部の身とを、交代に観照しなければならない。一、二回観照するだけでは足りず、繰り返し重複して、多数回観照しなければならない。唯一、この様に観照して初めて、驕慢、渇愛と邪見などの煩悩を、降伏することができるのである。

12.5.2　四つの段階

観智の順序に従えば、これは、名色分別智（nāmarūpaparicchedañāṇa）に過ぎないのである。この智慧は四つの段階に分類することができる：

1、色摂受智（rūpapariggahañāṇa）：色法を観照する智慧。

2、非色摂受智（arūpapariggahañāṇa）：名法を観照する智慧。

3、色非色摂受智（rūpārūpaparigghañāṇa）：色法と名法を同時に観照する智慧。

4、名色差別智または名色分別智（nāmarūpapavavaṭṭhānañāṇa　or nāmarūpaparicchedañāṇa）：名色法を分別して識別する智慧。

すなわち、名色法の中において、人、我、衆生などは存在しておらず、純粋に名色法があるのみである（＋ことを知る智慧）。　上の事から、この段階において、あなたは下の述べる四つの順序に従って修行しなければならない：

（一）内部と外部の色法の観照。

（二）内部と外部の名法の観照。

（三）内部においても、外部においても、同時に、名法と色法の二者を観照する。

（四）内部と外部にある名色法の中において、人、我、衆生などは存在していない事を識別する。

これは《大念処経》の中において言及されている所のの観禅の第一段階である。

13　三種類の観智

「彼は身の生起の現象の観照に安住し、身の壊滅の現象の観照に安住し、または身の生起と壊滅の現象の観照に安住する」　この経文においては、三種類の観智が含まれている、すなわち：

1、縁摂受智（paccaya-pariggahañāṇa）：因果関係を観照する智慧。

2、思惟智（sammasanañāṇa）：行法の無常・苦・無我の三相を観照する智慧。

3、生滅随観智（udayabbayañāṇa）：行法の生滅を無常・苦・無我として観照する智慧。

行法の生滅には二種類ある、すなわち：

（一）因縁生・滅（paccayatoupadayabbaya）；

（你）刹那生・滅（khaṇato　udayabhaya）。

　因縁生・滅はまた、二つの部分に分けることができる、すなわち、因縁の生と因縁の滅である。因縁が生起するが故に、五取蘊が生起する、これは因縁の生である。因縁が無余に滅尽するが故に、五蘊が無余に滅尽する、これは因縁の滅である。五蘊と名色は同義語である。28 種類の色法は、色蘊であり、色蘊である。名法の中の受は受蘊、想は想蘊、50 種類の心所は、行蘊であり、六種類の識は識蘊である。色蘊は色法であって、受蘊、想蘊、行蘊と識蘊は名法であるが故に、五蘊とは名色である。五蘊または名色の因縁生は、どの様にして、観照するのか？　これは《大念処経》の中で、仏陀が教える観禅の第二段階である。たは順序に従って、漸進するべきであって、飛び級することはできない。再度、先に第一段階を修習する必要がある事に注意を払って頂きたい。すなわち

（一）内外の色法を観照する。

（二）内外の名法を観照する。

（三）内外の名色法を観照する。

（四）内外の名色法には、人、我、衆生などはないと識別する。

この様に観照した後初めて、第二段階の修習に進むことができる。

13-1　縁起の法則

名色法の因縁生をどの様にして観照するのか？　内外の名色法を観照した後、あなたの今に最も近い所の、過去の名色法を観照しなければならない、たとえば、座禅・瞑想を始める前の名色法である。座禅・瞑想の前、あなたは、蝋燭または水でもって、仏陀に供養することができる。その後来世は比丘になりたいと発願する。座禅・瞑想を始める時、仏陀への供養と、比丘になりたいと発願した時の心路過程を識別しなければならない。これらは最も近い名法である。それらは、業輪転（kammavaṭṭa）と煩悩輪転（kilesavaṭṭa）である。それらはその識別方法色に依存して生起する；当該の依処色は色法である。外在する名色法を観照するが如くに、過去の名色法を観照するべきである。今からもっとも近い所の過去の名色法を観照することができたならば、その後、もう少し遠い所の過去を観照する。この様に、緊密に、徐々に、過去の名色法を観照するのである。

今世に生まれる時の、一番最初の刹那――結生心まで（＋もらさず）観照し続ける。結生心の名色法を観照することができたならば、再度、過去に向かって観照すれば、前の一世の臨終の時野名色法を見ることができる。その時、三種類の目標の中の一つが、あなたの心の中に出現せる。この三種類の目標とは：

（一）業：業を造(ナ)す行為

（二）業相：当該の行為の相

（三）趣相：次の一世の生まれ変わる所の相。

私は例を挙げて説明する：ある一人の禅修行者が、前世の臨終の時の名色法を観照した所、彼は、一人の人間が、蝋燭でもって仏像に供養するという、この様な業相を見た。この時、彼は、その人の影像に対して、系統的に四界分別観を修習しなければならない。色聚が見えた後、色聚の中の究極法が見えるまで、その色聚を分析しなければならない。その後、心臓の中の 54 種類の色法、特に心所依処色に注意を払わねばならない。この様にすれば、非常に容易に、有分心を見ることができる。有分心の中においては、異なる目標が出現する。その時、彼は、それらの有分心を前に後に、進み戻りつしながら、観照しなければならない。何故であるか？　というのも、心路過程は、有分心の間に出現するが故に。この様にして、何度も、繰り返して、進み戻りつして、観照すれば、それらの心路過程を観察することができる。その結果、彼は、仏像に蝋燭を供養する前に、来世は比丘になって修行したいと発願した、前世のその人を見ることができる。蝋燭を供養する時の心は意門心路過程として生起するが、一つひとつの意門心路過程の中には、一個の意門引転心と七個の速行心がある。

意門引転心には、12 個の名法がある、すなわち、識、触、受、想、思、一境性、命根、作意、尋、伺、勝解と精進である。一つひとつの速行心には、34 個の名法があるが、すなわち、識、触、受、想、思、一境性、命根、作意、尋、伺、勝解、精進、喜、欲、信、念、慙、愧、無貪、無瞋、中捨性、身軽安、心軽安、身軽快性、心軽快性、身柔軟性、心柔軟性、身適業性、心適業性、身練達性、心練達性、身正直性、心正直性と慧根である。これらは善法であり、縁によりて業相を目標として取って生起するものである。ここでは、業相は、「仏像に蝋燭を供養する」を指す。速行心の 34 個の名法は行という。これらの名法の中において、思心所が最も重要である、思とは業である。これらの名法が生起した後、即刻壊滅する、というのも、それらは無常であるが故に。しかしながら、それらは、彼の名色相続流の中において、業力を残留させる。《発趣論》（Patthana）の業縁（kammapaccya）の章において、業力をば、業と呼んでいる。

その後、彼は、来世比丘になりたいと発願した時の心路過程を、再度観照する。それもまた、一種の意門心路過程である。一つひとつの意門心路過程の中には、一個の意門引転心と七個の速行心がある。意門引転心には、前に述べた様に、12 個の名法がある。一つひとつの速行心には 20 個の名法があるが、それはすなわち、識、触、受、想、思、一境性、命根、作意、尋、伺、勝解、精進、喜、欲、痴、無慙、無愧、掉挙、貪と邪見がある。速行心の 20 個の名法の中において、無明、愛、取の三項の名法が、最も顕著である。無明とは何か？　仏陀の教えに従えば、我々の身・心は、究極色法と名法に過ぎない。もし、我々が、それらを純粋にただの名色法であると見做すならば、それは正確である。これは観智であり、正見である。しかしながら、もし、我々がそれらを男性、女性、比丘または比丘尼と見做すならば、それは間違いである。これを無明または愚痴（＝愚かで無知な事）と言う。愚痴であるが故に、彼は修行する比丘になりたいと発願したのであり、これは愛である。彼は、修行する比丘の生命に執着したが、これは取である。無明、愛、取という、この三種類を煩悩輪転（kilesavaṭṭa）と言い、それらは生死輪廻を引き起すことができる。

こうした事から、五種類の主因がある（＋事がわかる）すなわち、無明、愛、取、行、業である。その後、彼は今世に生まれ変わる時の結生心の五蘊を観照しなければならない。結生心には、30 種類の色法があり、其々三種類の色聚の中に分かれて存在するが、それはすなわち、身十法聚、性根十法聚と心色十法聚である。それらはそれぞれ、10 種類の色法を含んでいるのである。この 30 種類の色法を観照した後、再度、無明、愛、取、行、業という、この五種類の過去因を観照するが、特に主に業力を観照する事に重きを置く事。前世の臨終の時に熟した業力と今世の結生の時野 30 種類の業生色法を繰

り返し観照して、これらの色法が前世の、あの業力によって生じたものであるかどうかを点検する。以上は、ある一人の禅修行者の例である。

13.1.1　縁摂受智

この様に修行する時、あなたは容易に、過去世において累積した業力が、あなたのこの一世の結生刹那の時の色蘊を生じた事を了知することができる。この種の因彼所縁関係はどの様にして観察するのか？　この段階において、あなたはすでに心所依処に依存して生起する所の心が、多くの心生色聚を生じる事を観察したことがあるため、心と心生色法の間の因果関係も観察することができる。心が心生色法を生じる状況と同じく、業力は、業生色法を生じることができる。業力が業生色法を見たと確定できたならば、更に一歩進んで以下の様な観照をする：

1、［前世の］無明が生起するが故に、結生刹那の色法が生起する；無明は因、結生刹那の色法は果。

2、［前世の］愛が生起するが故に、結生刹那の色法が生起する；愛が因、結生刹那の色法は果。

3、［前世の］取が生起するが故に、結生刹那の色法が生起する；取が因、結生刹那の色法は果。

4、［前世の］行が生起するが故に、結生刹那の色法が生起する；行が因、結生刹那の色法は果。

5、［前世の］業が生起するが故に、結生刹那の色法が生起する；業が因、結生刹那の色法は果。

次に、前世の業力と今世の結生時の名法の間の因果も観照しなければならない。その後、前世の業力と今世のこの一世の中の、果報五蘊の間のすべての因果関係を観照しなければならない。特に、六門の心路過程に注意を払う事。前世の無明、愛、取、行及び業が生起するが故に、今世の色蘊などが生起する；前世の無明、愛、取、行及び業は因、今世の色蘊などは果、これが行法の因縁生の観照である。この様に観照する智慧は、縁摂受智（paccaya-pariggaha-ñāṇa）と言う。

13.1.2　縁起を観察するもう一つ別の方法

縁起第一法の方式は：

1、無明の縁によりて行あり；

2、行の縁によりて識あり；

3、識の縁によりて名色あり；

4、名色の縁によりて六処あり；

5、六処の縁によりて触あり；

6、触の縁によりて受あり；

7、受の縁によりて愛あり；

8、愛の縁によりて取あり；

9、取の縁によりて有あり；

10、有の縁によりて生あり；

11、生の縁によりて、老、死、愁、悲、苦、憂、悩あり。

一切の苦蘊は、格の如くに生起する。比丘たちよ。これを縁起と言う。

上に述べたものは縁起第一法である。この第一法に基づいて、あなたは以下の如くに因果を識別する事ができる：無明が生起するが故に、行が生起する；無明は因、行は果；などなど。この第一法において、無明と行は現在果報蘊の過去因である；果報蘊は識、名色、六処、触と受である。愛、取と業は、未来果の現在因である；未来果は生有、生と老死亡である。

もし、無明があるならば、愛と取もまた存在する。同様に、もし愛と取があるならば、無明もまた存在する。というのも、それらは常に相い炊飯して生起するが故に。同様に行があるならば、業力もまた存在する；もし業有があるならば、業力も、行もまた存在する。《発趣論》（Patthana）の業縁（kamma-paccaya）の章によると、行の業力は業または業有と呼ばれる。 こうした事から、第一法の中には、五個の過去因と五個の現在果があり、また五個の現在因と五個の未来果がある事になる。

五個の過去因は無明、愛、取、行及び業である。

五個の現在果は、識、名色、六処、触と受である。

五個の現在因は、無明、愛、取、行及び業または業有である。

五個の未来果は、識、名色、六処、触と受であり、言い換えれば、生、老と死である。

何故であるか？　この五果は、果報五取蘊であるが故に。五取蘊の生時を生と言い、住時を老と言い、壊滅時を死という。

もし、あなたがこの解説を理解することができるならば、我々は、あなたは、第一法の含意と第五法の含意は同じである事を容易に理解することができる様に願っている。

無明は、独自に生起することはできず、心路過程の中の相応する名法と同時に生起する。

行もまた同様である。故に、無明を識別する時、ただ無明をのみ識別するのではなく、過去世の意門心路過程の中の、それと共に生起する所の相応する名法もまた、識別しなければならない。同様に、行を識別する時、ただ行を識別するのではなく、過去世の意門尊路過程の中の、それと共に生起する所の相応する名法もまた識別しなければならない。我々は言う、意門心路過程は、五門心路過程の中の行が結生を生じることが出来ない場合の果報五蘊である、と。

經の教法によると、識、名色、六処、触と受は、果報蘊に過ぎない。もし、詳細にそれらを理解したいのであるならば、あなたは一人の良師を得て、学習しなければならない。ここでは、我々は簡略な資料を提供するのみである。

13-2　思惟智

五取蘊及びそれらの因は、行法と呼ばれる；それらは観智の目標である。あなたは、それらの刹那生・滅を明確に知見する為に、それらの無常・苦・無我の本質を観照しなければならない。もし、この一点を見ることができたならば、あなたは、それらの因と縁の生・滅を、観照することができる。

13-3　生滅随観智

13.3.1　因縁生と刹那生

私は結生色蘊の例をとって、どの様にして因縁生を観照するのかを説明する。あなたはまず先に、前に述べた様に、過去の五因：無明、愛、取、行および業を識別しなければならない。次に、結生刹那の 30 種類の色法を識別する。もし、過去の五因を見ることができたならば、というのも、業力と結生時の業生色法の間の因果関係をみることができたならば、あなたは以下の如くに、因縁生を観照しなければならない：

1、無明が生起するが故に、結生色蘊が生起する。

2、愛が生起するが故に、結生色蘊が生起する。

3、取が生起するが故に、結生色蘊が生起する。

4、行が生起するが故に、結生色蘊が生起する。

5、業が生起するが故に、結生色蘊が生起する。

次に、結生色蘊の刹那生を観照する。これを「刹那生相」（nipphattilakkhaṇa）と呼ぶ。色蘊の生起を見た人は、この相を見たのだと言える。あなたは同様の方法によって、その他の蘊を観照しなければならない。良師の下で、当該の修行を実践することを忘れてはならない。六門心路過程の中の、一つひとつの心識刹那には、みな五蘊が含まれる。あなたは逐一、一つひとつの蘊の因縁生と刹那生を観照しなければならない。

この様に因縁生を観照した後、次に、縁起第一法の方式に従って、因縁生を観照するが、それは以下の通りである：

1、無明が生起するが故に、行が生起する。

2、行が生起するが故に、識が生起する。

3、識が生起するが故に、名色が生起する。

4、名色が生起するが故に、六処が生起する。

5、六処が生起するが故に、触が生起する。

6、触が生起するが故に、受が生起する。

7、受が生起するが故に、愛が生起する。

8、愛が生起するが故に、取が生起する。

9、取が生起するが故に、業有が生起する。

10、業有が生起するが故に、生有が生起する。

次に、一つひとつの縁起支の刹那生、すなわち、無明、行、識、名色、六処、触、受、愛、取、業有と生有の刹那生を観照しなければならない。

13.3.2　因と果の無余滅尽

諸々の行の因縁生の観照（＋の仕方）を教えた後、仏陀は開示して以下の様に言う：

「身の壊滅の現象を観照することに安住する」

その意味は：彼は、五因が無余に滅尽したが故に、五蘊もまた無余に滅尽するのを観照しなければならない。この種の観智は因縁滅智見（paccayato vaya ñāṇadassana）というが、すなわち、因と果の滅尽を照見することのできる智慧の事である。

どの様な時、無明、愛、取、行及び業の五種類の主因は、無余に滅尽するのか？

仏陀の教えに基づけば、煩悩は、あなたが阿羅漢道を証悟した時に、無余に滅尽するが故に、般涅槃の後は、如何なる果報も生じることがない。あなたの阿羅漢道は、五因を無余に滅尽する。五因が無余に滅尽するが故に、般涅槃の後、一切の五蘊は、無余に滅尽する。あなたはこの種の壊滅を知見できる様、チャレンジしなければならない、というのも、仏陀は《大念処経》の中において、以下の様に開示して言うが故に。

「彼は身の壊滅現象を観照する事に安住する。」

あなたはこの「身」とは、色身と名身であることを忘れてはならない。

今、あなたは未だ阿羅漢ではない。あなたはいつになったら、阿羅漢道を証悟するであろうか？　今生であるか、未来世であるか？　もし、あなたに充分な波羅蜜があり、かつ持続的に修行に精進するならば、あなたは今世において阿羅漢道を証悟することができる。今世で証悟したとしても、刹那生・滅の角度から見ると、現在からみれば、その時をば、未来と呼ぶことができる。もし、あなたが来世に阿羅漢道を証悟するならば、来世はあなたの未来である。あなたが阿羅漢道を証悟する、あなたの見たいにおいて、無明、愛、取、行及び業という、この五種類の因は、無余に滅尽するであろう。この五種類の因が無余に滅尽するが故に、般涅槃の時、五蘊は無余に滅尽するのである。

あなたは二種類壊滅を照見しなければならない。この種の観智は、壊滅智見（vaya ñāṇadassana）と言うが、それはすなわち、因と果の無余滅尽を観照する智慧である。

13.3.3　因縁滅と刹那滅の観法

我々は一つの例をあげて、如何にして縁起第五法によって諸々の蘊の因縁滅と刹那滅を観照するのかを説明する。前に述べた二種類の壊滅を観じることができる時、あなたは以下の様に観照しなければならない：

1、無明が滅尽するが故に、色蘊が無余に滅尽する。

2、愛が滅尽するが故に、色蘊が無余に滅尽する。

3、取が滅尽するが故に、色蘊が無余に滅尽する。

4、行が滅尽するが故に、色蘊が無余に滅尽する。

5、業が滅尽するが故に、色蘊が無余に滅尽する。

次に、あなたは色蘊の刹那滅を観照しなければならない。あなたは、同様の方法によって、その他の諸々の蘊を観照する。六門心路過程の中の、一つひとつの心識刹那の中には、みな五蘊が存在する。あなたは同様の方法を用いて、それらを観照しなければならない。あなたは一人の良師を得て、学習しなければならない。あなたはまた、縁起第一法に基づいて、縁起支の因縁滅と刹那滅を観照しなければならない。あなたは先に、前に述べた、二種類の無余滅尽を観じなければならない。もし、将来において、（+あなたが）阿羅漢果を証得する時、諸々の因が無余に滅尽するのを見たならば、あなたは、以下の様に、因縁滅と刹那滅を観照しなければならない。

1、無明が無余に滅尽するが故に、行が無余に滅尽する。

2、行が無余に滅尽するが故に、識が無余に滅尽する。

3、識が無余に滅尽するが故に、名色が無余に滅尽する。

4、名色が無余に滅尽するが故に、六処が無余に滅尽する。

5、六処が無余に滅尽するが故に、触が無余に滅尽する。

6、触が無余に滅尽するが故に、受が無余に滅尽する。

7、受が無余に滅尽するが故に、愛が無余に滅尽する。

8、愛が無余に滅尽するが故に、取が無余に滅尽する。

9、取が無余に滅尽するが故に、業有が無余に滅尽する。

10、業有が無余に滅尽するが故に、生有が無余に滅尽する。

次に、一つひとつの縁起支の刹那滅、すなわち、無明、行、識、名色、六処、触、受、愛、取、業有と生有の刹那滅を観照しなければならない。

13.3.4　過去、現在と未来の名色

もし、観智で以て、直接因果関係を了知したいと思うならば、あなたは先に、過去、現在と未来の名色法を観照しなければならない。そうでなければ、あなたは因と果の無

余滅尽を見ることはできない。ここまで説明しても、あなたはなお、仏陀は《大念処経》の中で、現在の名色法だけ観照すればよいと教えた、というのであろうか？

もし、仏陀の教えを理解するならば、あなたは、その様には言わないであろう。過去、現在、未来の名色法は、みな観照されなければならない、というのも、それらはみな、観智の目標であるが故に。もし、過去、現在と未来の名色法を観照しないのであれば、あなたは縁起の法を理解することができないし、また、因果の生・滅を無常・苦・無我として観照することができない。そうであれば、生死輪廻を離脱することはできないのである、というのも、仏陀は《大因縁經》の中において、その様に述べているが故に。

13.3.5　因縁生・滅と刹那生・滅

仏陀はまた続けて開示して言う:「或いは身の生起と壊滅の現象を観照して安住する。」

この経文の句の意味は以下の通り：あなたは因縁生・滅及び刹那生・滅という、この二者を観照しなければならない。どの様に観照するのか？　あなたは：五種類の因が生起するが故に、五蘊が生起する；五種類の因が無余に滅尽するが故に、五蘊が無余に滅尽する事を観照しなければならない。これを因縁生・滅智見（paccayato　udayabbaya ñāṇadassana）と言う。その後、五種類の因が生起するや否や、即刻壊滅するが故に、それらは無常である事を観照しなければならない；五蘊もまた生起するや否や、即刻壊滅するが故に、五蘊もまた無常なるものである。これを刹那生・滅智見（khaṇato udayabbaya　ñāṇadassana）と言う。この段階において、あなたはこの二種類の智見を育成しなければならない。

先に、あなたは、縁起第五法に基づいて、結生色蘊の因縁生を観照し、その後に、般涅槃後の色蘊の因縁滅を観照する、すなわち、阿羅漢道を証悟する時、諸々の因が無余に滅尽し、色蘊が無余に滅尽する事（＋を観照するのである）。この二種類の無余滅尽を照見した後、以下の様に観照を続ける：

1、無明が生起するが故に、結生色蘊が生起する；

無明の無余に滅尽するが故に、般涅槃の後、色蘊が無余に滅尽する；

無明も無常、色蘊もまた無常である。

2、愛が生起するが故に、結生色蘊が生起する；

愛が無余に滅尽するが故に、般涅槃の後色蘊が無余に滅尽する；

愛も無常、色蘊もまた無常である。

3、取が生起するが故に、結生色蘊が生起する；
取が無余に滅尽するが故に、般涅槃の後色蘊が無余に滅尽する；
取も無常、色蘊もまた無常である。

4、行が生起するが故に、結生色蘊が生起する；
行が無余に滅尽するが故に、般涅槃の後色蘊が無余に滅尽する；
行も無常、色蘊もまた無常である。

5、業が生起するが故に、結生色蘊が生起する；
業が無余に滅尽するが故に、般涅槃の後色蘊が無余に滅尽する；
業も無常、色蘊もまた無常である。

あなたは、業力を無常として観照してはならない、というのも、業力は、究極法ではないが故に、それはただ行のエネルギーに過ぎないのである。故に、あなたは行をば、無常として観照しなければならない。というのも、観智の目標は究極法であるが故に。同様の観法は、その他の諸蘊の観照にも適用される。六門心路過程の中の一つひとつの心識刹那には、みな五蘊が存在している。あなたは同様の方法を用いて、それらを観照しなければならないが、しかし、それらを無常としてにみ観照するのではなく、それらの苦、無我もまた観照しなければならない。しかしながら、あなたは、一人の良師の下で修行するべきである、というのも、あなたは多くの疑問と困難に出会っても、己自身で解決するのは困難であるが故に。また、あなたは縁起第一法に基づいて、下記の如くに、観照しなければならない：

1、無明が生起するが故に、行が生起する；
無明が無余に滅尽するが故に、行が無余に滅尽する；
無明は無常であり、行もまた無常である。

2、行が生起するが故に、識が生起する；
行が無余に滅尽するが故に、識が無余に滅尽する；
行は無常であり、識もまた無常である。

3、識が生起するが故に、名色が生起する；
識が無余に滅尽するが故に、名色が無余に滅尽する；
識は無常であり、名色もまた無常である。

4、名色が生起するが故に、六処が生起する；
名色が無余に滅尽するが故に、六処が無余に滅尽する；
名色は無常であり、六処もまた無常である。

5、六処が生起するが故に、触が生起する；
六処が無余に滅尽するが故に、触が無余に滅尽する；
六処は無常であり、触もまた無常である。

6、触が生起するが故に、受が生起する；
触が無余に滅尽するが故に、受が無余に滅尽する；
触は無常であり、受もまた無常である。

7、受が生起するが故に、愛が生起する；
受が無余に滅尽するが故に、愛が無余に滅尽する；
受は無常であり、愛もまた無常である。

8、愛が生起するが故に、取が生起する；
愛が無余に滅尽するが故に、取が無余に滅尽する；
愛は無常であり、取もまた無常である。

9、取が生起するが故に、業有が生起する；
取が無余に滅尽するが故に、業有が無余に滅尽する；
取は無常であり、業有もまた無常である。

10、業有が生起するが故に、生有が生起する；
業有が無余に滅尽するが故に、生有が無余に滅尽する；

業有は無常であり、生有もまた無常である。

同様の観法は、一切の縁起支に適用する。ただそれらを無常としてのみ、観照してはならない。それらの苦と無我もまた観照する事。縁起第一法の中では、無明から死までの 12 の支があるが、しかし《無礙解道》において、無明から 10 支をば、生滅智の目標としているが、それは何故であるか？　究極法の生時、住時と壊滅の時、それぞれを、生、老、死と呼ぶ。生、老、死には三個の段階がなく、それぞれ、一個の段階しか擁しない、それはすなわち、各々、生時、住時、壊滅時である。究極法が無常であるのは、それらがひとたび生起するや否や、即刻壊滅するからである；故にそれらは三個の段階を持つ。しかし、生、老、死は、みな、一個の段階に属するが故に、それらを無常・苦・無我として観照してはならないのである。

二種類の「有」（bhava）がある：業有（kammabhava）と生有（upapattibhava）である。果報五蘊は生有と呼ばれる。善または不善思、また行は業である；それらはまた観禅の目標である。《発趣論》の「業縁」の章に基づくと、思または行のエネルギーを業と呼ぶが、これは観禅の目標ではない。《増支部》の中において、仏陀は以下の様に言う：「思は業である」　これは観禅の目標である。

縁起を更に明確に理解する為に、私は以下の表を用いて、因と縁の関係を明示したいと思う。三個の表は、三時の中における因と果の間の関係を示したものである。あなたは縁起支を、あなたが最も遠い一個の過去世を観じることができるまで、無常・苦・無我を観じなければならない。未来世に関しては、あなたはまた（＋上に述べた様に）するべきである。この様に実践するためには、あなたは先に、出来るだけ多くの過去世の因果を識別しなければならない。未来世の因果を識別する時、あなたは最も遅い未来世を識別しなければならない。すなわち、般涅槃の時まで。この様に識別した後でのみ、あなたは理解する事ができる：

「諸々の因が無余に滅尽するが故に、五蘊もまた無余に滅尽する。」

あなたはまた以下の事を理解出来る様になる：過去において縁法と縁生法があり、未来と現在に置いても、縁法と縁生法がある。これを除いて、有情や人間がいるわけではない。あるのは、一群の行法のみである、と。行法を観照する智慧は「所知遍知」（nāta-pariñña）と呼ぶ。この様に諸々の行を観照する比丘は、すでに十力物の教法の中で根を生やしており、すでに立脚点を得ている。彼は、行くところがすでに決定された小ソータパナ（cuḷasotāpanna）である。もし、この如くの（良い）気候に恵まれ、導師または禅修の法友に恵まれ、食べ物と四聖諦に関する説法に恵まれるならば、その

適切な法によって、一度の座禅・瞑想の内、一節の殊勝な時間の中において、彼は継続的な観智でもって諸々の行法の三相を観照する事を通して、阿羅漢果を証悟する事ができるであろう。（《迷惑氷消》）

縁起表１

三時	十二支		二十法と四分類
過去世	1	無明	過去五因
	2	行	1,2,8,9,10
現在世	3	識	現在五果
	4	名色	
	5	六処	
	6	触	3-7
	7	受	
	8	愛	現在五因
	9	取	
	10	有	8,9,10,1,2
未来世	11	生	未来五果
	12	老死	3-7

縁起表２

三時	十二支		二十法と四分類
第二番目の過去世	1	無明	第二過去世の五因
	2	行	1,2,8,9,10
第一番目の過去世	3	識	第一過去世の五果
	4	名色	
	5	六処	
	6	触	3-7
	7	受	
	8	愛	第一過去世の五因
	9	取	
	10	有	8,9,10,1,2
現在世	11	生	現在世の五果
	12	老死	3-7

縁起表 3

三時	十二支		二十法と四分類
現在世	1	無明	現在世の五因
	2	行	1,2,8,9,10
第一番目の未来世	3	識	第一未来世の五果
	4	名色	
	5	六処	
	6	触	3-7
	7	受	
	8	愛	第一未来世の五因
	9	取	
	10	有	8,9,10,1,2
第二番目の未来世	11	生	第二未来世の五果
	12	老死	3-7

13.3.6　呼吸の因縁生・滅

　刹那から刹那の間の生・滅を明確に見ることが出来る時、もし、あなたが因と果の二者を無常・苦・無我として観照するならば、当該の観智は「思惟智」（sammasanañāṇa）と言う。一つひとつの心識刹那の生・滅を明確に見る事ができる時、当該の観智は「生滅智」（udayabbayañāṇa）と言う。

　今、私は註釈においてみえる、生・滅の解説を紹介したいと思う。これは安般念に関する記述であるため、註釈もまた呼吸に関係する生・滅の解説となる。「彼は身の生起の現象の観照に安住する」というこの経文の句は、ちょうど鉄工に使うフイゴの外箱（＝ケース）の様に、フイゴに装着された吹き込み口と、適切な労力によって、空気は初めて、フイゴの中に入って行くことができる。同様に、所生身、鼻孔と比丘の心に依存して、呼吸身は初めて、鼻孔に入る事ができる。所生身などは、呼吸身の生起する因と縁である。この様に観照することがすなわち、呼吸身の生起の現象の観照に安住する事、である。

　註釈のこの部分は、容易に理解する事が困難かも知れない。あなたが系統的に、呼吸に対して、四界分別観を修習する時、あなたは色聚を見ることができる。色聚を分析した後、９種類の究極色法を見ることができる。なぜ、この　９種類の究極色法が生起することができるのか？　もし、あなたの身体が壊滅したならば、呼吸は独自に発生することができるであろうか？　できないのである。身体がなければ、呼吸もまたないのである。もし、この身体を分析するならば、あなたは業生、心生、時節生と食生の、この四種類の色法を見ることができるが、これらを所生身と呼ぶ。所生身があるが故に、呼吸身もまた初めて、生起することができる。故に、所生身は呼吸身の生起するための一項の要素である、と言える。また、若し、心がないのであれば、呼吸身が生起することはできない。故に、心もまた呼吸身が生起する為の一項の要素であると言える。一つひとつの心所依処に依存して生起する所の心は、みな、呼吸を生じることができる。

しかし、心は、相応の心所と共に生起する必要がある。心と心所は、四つの名蘊であり、所生身と呼吸は色蘊である。故に、合計では五蘊となる。

　所生身はフイゴの外箱の様であり、鼻孔はフイゴの吹きこみ口の様であり、心は、適切な労力の様である。所生身、鼻孔、心が生起するが故に、呼吸は生起することができる。あなたは、この様に、生起の現象を観照しなければならない。それらの中において、心はもっとも主要な因である。しかし、心は所生身に依存して初めて生起することができる。こうしたことから、所生身もまた一個の因である、と言える。これが、呼吸における因果関係である。

しかしながら、呼吸身の因果関係を観照するだけでは足りないのであり、五蘊の因果関係もまた観照しなければならない・・・それはすなわち、過去の第一世の臨終の時に熟した所の、無明、愛、取、行及び業という、この五種類の因によって造られる所の現在世の五蘊、過去の二番目の世の臨終の時に熟した所の、五種類の因が造り出す所の、過去の第一世の五蘊を観照した後、更に過去に進んで、観照し続けなければならない。

同様に、現在世の臨終の時に熟する五種類の因が造る未来の一番目の世の五蘊を観照した後、更に未来へと観照を続けるのである。この様に、過去、現在、未来の因果関係を、未来において、あなたが般涅槃する時間で観じ続けなければならないのである。

註釈はまた、呼吸身の壊滅の現象を解説する。「身の壊滅の現象の観照に安住する」という、この經文の句は、フイゴの外箱が取り除かれて、吹き込み口が壊れ、または適切な労力に欠ける時、空気は進出することができない（＋ことを意味する）。同様に、所生身が壊れ、鼻孔が損壊するかまたは心が作用を停止するならば、呼吸身もまた壊滅する。あなたは以下の様に観照しなければならない：未来において、無明、愛、取、行及び業というこの五種類の因が無余に滅尽するが故に、未来の五蘊もまた無余に滅尽する。この様に観照する事がすなわち、身の壊滅の現象、または因縁の滅の観照に安住する、を意味するのである。あなたはまた、身の生起と壊滅の現象を観照しなければならない。

13-4　上級レベルの観智

引き続き、仏陀は観禅の第三段階を開示する、それは以下の如くである：

「或いは、彼が『有身（＝身はあるという事、以下同様）』の正念を建立するのは、ただ更に高度な智慧と正念の為である。」

禅修行者は慎重な態度でもって観察する事を通し、正念を建立する。彼は思惟する：

「身があるという事、は存在する。しかし、衆生というのはなく、人間というものもない、男性というものはなく、女性というものもない、自我（=私）というものはなく、私に属するものもない、我はなく、我に所有されるものもない、他人というのはなく、他人に属するものもない。」

これはどの様な意味であるか？　この部分の經文は、壊滅随感智から行捨智までの、これらの上級レベルの観智のことを言っているのである。もし、前に説明した方法に従って生滅随観智を修習したならば、その観智が鋭利に変化した時、彼は名色法の壊滅だけに専注する様になる。徐々に、彼は、色聚が見えなくなり、純粋に究極名色法のみが

見える様になり、かつ、彼は名色法の生起が見えず、ただそれらの壊滅をのみ見る様になる。その時、彼はただ「純粋なる」究極名色法の存在のみを見て、衆生、人間、男性、女性、私、私にしょゆうされる物、他人、他人に属する物は見えなくなる。彼は色聚さえも見えなくなるのである。

「或いは、彼は『有身』の正念を建立するのは、ただ更に高度な智慧と正念の為である」

「ただ・・・ためである」は目的を指している；正念を建立するのはその他の目的のためではないというのならば、それでは一体何のためであろうか？　ただただ「更に高度な智慧と正念」の為である。その意味は：ただ益々広大なる、益々深遠なる智慧と正念の為、である。言い換えれば、正知と正念の成長の為である。

この様に行法を観照する時、もし、あなたがそれらの壊滅をのみ見るならば、あなたは観智（＋自体を）無常・苦・無我として観照しなければならない。ここでいう所の観智とは、観智が最も顕著な意門心路過程を言うのである。一つひとつの速行刹那の中において、通常、34 個の名法があるが、これらの名法は観智と呼ばれる。というのも、智慧はそれらの指導者であるが故に。こうしたことから古代の論師たちは、以下の様にいうのである：

「彼は観智でもって所知（＝知られるもの）と智の両者を知見する。」(《清浄道論》)

13-5　阿羅漢果について

禅修行者がただ名色法の壊滅をのみ見る時、また、それらの壊滅を無常・苦・無我として観照する時、彼の観智は徐々に成熟する。観智が成熟する時、五根もまた成熟し、その時、彼は阿羅漢道果を証悟する。彼の心中には、涅槃を目標にした道智と果智が生起する。引き続き修行すれば、最後に彼は、阿羅漢果を証悟することができる。仏陀は阿羅漢の境地を解説して以下の様に言う：

「彼は独立して安住し、世間の何事にも執着しない」

「彼は独立して安住する」とは、彼は邪見、渇愛、無明に依存しない安住することがない。「世間の何事も執着しない」とは、色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊をば、「これは私である」「これは私のものである」または「これは私の自我（＝、私、我）である」などと認定しない。何故であるか？　というのも、彼の道智は、完全に邪見、渇愛と無明を、断じ除いたが故に。こうして、彼は、独立して安住し、邪見、渇愛と無明に依存して安住することがない。　以上が、阿羅漢果を証悟するまで、安般念を修行する時の、

簡単な説明である。もし、この様に、系統的に修行ができて、かつ充分な波羅蜜がある時、あなたもまた、今世で、涅槃を証悟することができるのである。

13-6　世間と出世間の四聖諦

次に、仏陀は安般念の一節の為に、以下の様な結論を述べた：

「比丘たちよ。これが比丘が身を身として観じて安住する方法である。」

安般念のこの一節の中において、呼吸を観察する所の正念と、正念の目標は五取蘊は苦諦である、という事である。無明、愛、取、行及び業という、この五種類の過去因は集諦である。苦諦と集諦という、この二者が、共に生起しないのは、滅諦であり、これは涅槃を指しており、出世間の滅諦である。生滅随観智を育成する時、あなたは五種類の因が無余に滅尽するが故に、般涅槃の時、五蘊が無余に滅尽するのを観照することができるが、この二種類の滅は、滅諦と言う。しかしながら、それらは、生滅智でもって了知した所の世間的滅諦に過ぎない。あなたは、道智と果智によって、涅槃を証悟する時、あなたは初めて、出世間的滅諦――涅槃を了知することができる。

あなたはこの二種類の滅諦を区別しなければならない。苦諦を了知し、集諦を捨棄し、滅諦を目標とする正道は道諦である。この中において、世間的道智と出世間的道智を分別しなければならない。世間道智は、五蘊を見ることができるが、これは苦諦を了知する観智である；それは苦の因を見ることができるが、これは集諦を了知する観智である；それはまた、五種類の因が完全に滅尽するが故に、般涅槃の時に五蘊が完全に滅尽するのを見ることができるが、これは滅諦を了知する観智である。世間道とは、観智の道支について言及しているのみである。正見は観智である。正思惟、正精進、正念と正定というこの四支は、それと相応して生起する。修行する前、あなたは先に持戒しなければならないが、それはすなわち、正語、正業と正命の三支である。こうしたことから、合計八つの、世間道分があることになる。

禅修行者は、ある時には、観智自身が無常・苦・無我である事を観照しなければならない。その時、彼は世間的な道諦を了知する。こうしたことから、世間的正見は世間的四聖諦を了知することができるのだ、と言える。出世間八聖道分と聖道智、聖果智は同時に生起するが、それらはみな、涅槃を目標とするものである。その時、正見は、涅槃を了知し、正思惟は心をして、涅槃に投入せしめ、正念は、涅槃に対して、忘れない様

にし、正精進は涅槃を了知する事に努力し、正定は、涅槃に専注し、正語、正業、正命という、この三種類の項もまた同時に存在する。これは出世間的八聖道分である。

なぜ、禅修行者が涅槃を証悟する時、正語、正業、正命という、この三種類の項もまた同時に存在するのであるか？　というのも、聖道智が邪語、邪業、邪命を造(ナ)すことのできる煩悩を断じ除いたが故に、正語、正業、正命というこの三種類の項は、自動的に存在することになるのである。この様に四聖諦を精勤して修行した後、寂静に到達することができる。これが、安般念の修行に尽力した比丘の解脱の道である。

14　仏陀自身の四聖諦の体験

《転法輪経》の中において、仏陀は彼自身自ら体験した四聖諦を説明している。

彼はどの様に述べているのか？經文を見てみよう：

「比丘たちよ。私は『これは苦聖諦である』と思惟している時――これは以前において聞いたことのない法であり、私の心中には目（cakkhu、徹底した見）が生起し、智（ñāṇa）が生起し、慧（paññā）が生起し、明（vijja）が生起し、光（āloko）が生起した。」

「光が生起した」とは、智慧の光の事である。智慧の光は、どの様にして生じるのか？

仏陀は強調して言う、智慧の光は特に、彼が、涅槃を証悟する時に生じた、と。彼が、道心（magga-citta）と果心（phala-citta）でもって、　涅槃を証悟した時、この二種類の心はみな、多くの、色聚と呼ばれる微小粒子を生じた。一粒一粒の色聚の中には、いくつかの種類の色法が含まれており、その中の一種は、色彩（vanna）である。道心と果心によって生じる一粒一粒の中の色聚の中の色彩はみな明るいものである。また、これらの心生色聚の中の火界は多くの新しい色聚を生じることができる；一粒一粒の新しい色聚の中の色彩もまた、みな、非常に明るく輝くものである。火界によって生じる色聚は時節生色聚と呼ぶ。これら時節生色聚の色彩の光明は、身体内部に散布されるだけでなく、身体の外部にも散布されう。故に、（+身体の）内外において、みな、光明が生じるのであり、この種の光明は智慧の光と呼ばれる。仏陀が涅槃を証悟した所の行、彼の心中には智慧の光が生じたのである。

この經の中において「徹底した見」「智」「慧」及び「明智」は同意語である。それはすべて、仏陀が四聖諦を領悟した所の四道智と四果智を指しているのである。涅槃を証悟する前、菩薩は、七法及び非色七法によって、諸々の行法を無常・苦・無我と観照した。最後に彼は、縁起支を無常・苦・無我として観照する事に重きをおいた。菩薩の

この種の観智はまた同じく光明を生じたが、これは仏陀の智慧の光と類似するものである。仏陀の阿羅漢道智と果智は一切知智を生じる。一切知智もまた、天神の光明を超越する所の、無量の光明を生じることができる。これもまた、仏陀の智慧の光である。

同様の道理で、あなたが涅槃を証悟する時、智慧の光が存在するに違いない。もし、あなたが、すでに涅槃を証悟したと自認ておりながら、智慧の光を見ていないならば、あなたが体験したのは、真正な涅槃ではない。私は涅槃に光がある、と述べているのではなく、涅槃を体験する道心と果心は、明るい色聚を生じることができる、と言っているのである。この光明は、智慧の光と呼ばれるが、涅槃の光ではない。

また、あなたは、仏陀の直観した智慧――道智――を記憶した上で、苦諦を了知しなければならない。何が苦諦であるか？　仏陀は以下の様に解説している：

「簡潔に言えば、五取蘊は苦である。」　仏陀はすでに、観禅の修行の時に、五取蘊を透視した。同様に、あなたが観禅の修行をする時、五取蘊を透視しなければならない。

もし、五取蘊を了知することができないのであれば、観智を得ることはできない。もし、五取蘊の状況を了知しないまま、観禅の修行をするのであれば、あなたの観智は浅薄なものとなり、真正な観智であるとは言えない。

仏陀は五取蘊は苦諦であると了知した。同様に、もし、あなたがすでに、涅槃を証悟して、ソータパナ等の果位を成就したのであれば、あなたは必ずや五取蘊は苦諦であると了知しているはずである。もし、あなたがいまだ五取蘊は苦諦であると了知しないのであれば、あたはソータパナまたは何らかの聖者になることはできない。

我々は更に解説を進めたいと思う：色取蘊を例に取る。仏陀の教えに基づくと、色法は、色聚の微粒的な形態でもって生起する。あなたが、系統的に色聚を分析できる時初めて、色聚の中の究極色法を見ることができる。観禅の修行の時、もし、色聚を見ることができないのであれば、または見た後で、それらを分析することができないのであれば、究極色法（paramattha-rūpa）を照見することはできないのである。もし、究極色法を了知しないまま、観禅の修行をするならば、それは浅薄な修行法であって、真正な観禅とはなりえない。

14-1　苦聖諦

仏陀は続いて開示して言う：

「比丘たちよ。私が『この苦聖諦は了知されなければならない』と思惟した時――

これはいままで聞いたことのない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。

比丘たちよ。私が『この苦聖諦はすでに了知された』と思惟した時――これはいままで聞いたことのない法であり、私の心中には目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した」

こうしたことから、苦諦に関して、仏陀は三種類の智慧を教導している（＋ことが分かる）：

1、これは苦諦であると、必ず、了知しなければならない。これを諦智（sacca-ñāṇa）と呼ぶが、その意味はすなわち、真理を了知する智慧の事である。

2、この苦諦は、了知されなければならない事を理解する事。これを作智（kicca-ñāṇa）と呼ぶが、その意味はすなわち、己自身に、苦諦法を了知する義務がある事を理解しなければならない、という事である。

3、この苦諦は、すでにあなたによって了知されたと知る必要がある。これを已作智（kata-ñāṇa）と呼ぶ。仏陀本人は、すでに五取蘊は苦諦である事を了知している（＋のである）。

14-2　　苦集聖諦

次に、仏陀は同様の、三種類の方式で以て、集諦（苦の因）を教える：

「次に、比丘たちよ。私が『これは苦集聖諦である』と思惟した時――これはいまだ聞いた事のない法であり、私の心中に目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

大悲心の故に、我々の菩薩は、四阿僧祇と十万大劫以上の時間を費やして、生命を惜しむことなく、無量の波羅蜜を累積した。そうではあっても、彼は、仏陀の生命に対して、軽微な執着があった。というのも、彼は、成仏した後（＝仏陀になった後）、衆生が生死輪廻から解脱するのを、助けることが出来ることを、知っていたからである。

《法趣論》（Dhammasṅganī）の註釈である所の《殊勝義註》（Aṭṭāsālinī）に基づくと、我々の菩薩の最後の一世の果報五蘊を造った業力は、彼の前の一世の臨終の時に熟

した慈心観善業力であった；それは、いまだ慈心禅に到達していない、その前の強くて力のある善法である。その時、彼は仏陀になりたいと発願した；仏陀が仏陀を認定する事（仏陀としての実体を持つ存在がある、それはただ究極名色法の組み合わせにしか過ぎないという認識はない）は、無明である；

その無明のために、彼は仏陀になりたいと発願するのは愛である；

彼が仏陀の生命に執着するのは取である；

強くて力のある慈心観善業は行である；

それら行が残したエネルギー（業力）は業である。

この様に、無明、愛、取、行、業は、五項の過去因（＋であることが分かる）。仏陀は、この五項の過去因は、彼の集諦（苦の因）である事を了知した。これは諦智である。

あなたが観禅を修習する時、苦の因を了知しなければならない。特に、観智でもって、因果関係を照見する事を通して、縁起法を了知しなければならない。もし、縁起法を了知しないのであれば、涅槃を証悟することはできない、というのも、集諦は、四聖諦の中の一項であるが故に。

仏陀は引き続き開示して述べる：

「比丘たちよ。私が『この苦集諦は断じ除かれなければならない』と思惟した時

――これはいままでに聞いた事のない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

無明、愛、取は苦の因であり、観智と道智でもって、それらを断じ除かねばならない。

もし、これらの煩悩を完全に断じ除くことができたならば、あなたの一切の、いまだ熟していない業力は、いかなる果報をも生じることがない。業力は、唯一、無明、愛、取の支援の下、果報を結ぶのであるが故に；そし、無明、愛、取の支援がないのであれば、業力は果報を結ぶことができない。故に、「この苦集諦は、断じ除かれなければならない」というこの言葉は、観智と道智でもって、煩悩を完全に断じ除くことを意味している。これは作智であり、その意味は、なすべき事柄を了知している所の智慧の事である。

あなたは何をなすべきであるのか？　煩悩を断じ除くべきである。

註釈の解説によると、あなたは煩悩を「殺さ」ねばならない。これは、煩悩を無余に滅尽するべきである事の説明である。

仏陀はまた引き続き開示して述べる：

「比丘たちよ。私が『この苦集諦はすでに断じ除かれた』と思惟する時

――これはいまだ聞いたことのない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

これは已作智である。その意味は、すでに、（＋完成させるべき事柄を）完成させたことを了知する智慧を言う。仏陀は何をすでに完成させたのか？　仏陀は、すでに煩悩を断じ除いたか、または煩悩を殺したのである。故に、集諦の中においては、諦智、作智と已作智という、三種類の智慧が存在しているのである。観禅の修行の時、あなたは集諦を了知しなければならない；

これは諦智である。あなたは、この苦因は断じ除かれるか、または殺されなければならないことを、了知しておかねばならない；

これは作智である。あなたが涅槃を証悟する時、あなたの道智は、徐々に、徹底的に、煩悩を断じ除く、特に貪愛（集諦）を。その時、あなたは己自身がすでに集諦法（苦因）を断じ除いたか、または殺したことを明瞭に知るであろう。

14-3　苦滅聖諦

同様に、仏陀は三種類の方法でもって、以下の様に、集諦を教導する：

「次に、比丘たちよ。私が『これは苦滅聖諦である』と思惟した時

――これはいままで聞いた事のない法であり、私の心中には目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

これは諦智である。その意味はすなわち、仏陀はこの滅諦を了知したのである――苦の滅尽である。

仏陀は、どの様にして苦を滅するのであるか？　彼が観禅の修行をする時、彼の観智は、すべての苦諦法（五取蘊）と集諦法（12 縁起支）は、無常・苦・無我であると了知したのである。この様に、観禅の修行が終点に到達した時、彼は涅槃を証悟した。涅槃を証悟する時、彼は、五取蘊と 12 縁起支の、無余に滅尽するのを照見したのである。

仏陀は引き続き開示して言う：

「比丘たちよ。私が『この苦滅聖諦は証悟されなくてはならない』と思惟する時

ーそれはいままで聞いた事のない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

これは作智――なすべき事柄を了知する智慧である。あなたが観禅の修行をする時、涅槃（滅諦）の証悟について、尽力するべきである。

次に仏陀は、已作智を開示して言う：

「比丘たちよ。私が『この苦滅聖諦は、すでに証悟された』と思惟する時

ーそれはいままで聞いた事のない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

これは已作智――なすべき事柄をなし終えたと、了知する智慧である。

仏陀は何を成し終えたのであろうか？　彼はすでに、涅槃を証悟したのである；

彼は、己自身が、すでに涅槃を証悟した事を了知した。あなたが観禅を修行して、涅槃を証悟した時にもまた、己自身がすでに涅槃を証悟したことを了知するであろう。

14-4　苦の滅に到る道聖諦

その後に、仏陀は三種類の方式を用いて、道諦を説明する：

「次に、比丘たちよ。『これは、苦の滅に到る道聖諦である』と思惟する時

――それはいままで聞いた事のない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

仏陀が証悟した時、彼は八聖道分は、苦の滅に到る修行方式であるか、または道路であることを了知した。同様に、あなたが観禅の修行をする時、八聖道分は、苦の滅に到る修行方式であるかまたは道路である事を了知する事に努力しなければならない；

これは、諦智である。

又続いて、仏陀は作智に関しての開示をする：

「比丘たちよ。私が『この苦の滅に到る道聖諦は、修行されなくてはならない』と思惟する時――それはいままで聞いた事のない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

観禅の修行をする時、あなたは八聖道分の修行をしなければならない；これは苦の滅の道である。私は少し解説を加えたいと思う：観禅の修行をする時、あなたは、先に、

五取蘊（苦諦）を了知しなければならない；次に、苦の因（集諦）もまた了知しなければならない、特に縁起支を。これらの苦諦法と集諦法は、行法と呼ばれる。それらは生起するや否や、即刻壊滅するが故に、無常である。それらは、不断に生・滅の圧迫を受けているが故に、苦である。それらの中には、安定的な自我（＝私）が存在しておらず、故に無我である。この様に修行をするのを、観禅と言う。

その時、これら行法の無常・苦・無我の三相を透視するのは正見である；

行法の三相に心を投入するのは、正思惟である；

行法の三相を透視する為に努力するのは正精進である；

行法の三相を明記して忘れないのは、正念である；

行法の三相に専注するのは正定である。

この様に、合計五項の聖道分がある。

壊滅随観智の修行に到る時、あなたは、所知（ñāta＝知られるもの）と能知（ñāṇa、知る者）が共に、無常・苦・無我である事を観照しなければならない。所知とは五取蘊または行法の事であり；能知は、観智の事である。観智は心路過程の形態で生起するが、この心路過程の中において、一個の意門引転心及び七個の速行心が存在する。意門引転心刹那の中において、12 個の名法があり、一つひとつの速行心刹那の中においては、通常、34 個の名法がある。この 34 個の名法の中で、上に述べた五項の聖道分は、最も顕著な名法である。あなたは、この能知の観智もまた無常・苦・無我であることを観照しなければならない。その時、あなたは、この五項の聖道分を容易に照見できるが、それらこそが、苦の滅に到る道である、というのも、その時、あなたはすでに、生・滅随観智を通して、「五種類の因が無余に滅尽するが故に、五蘊もまた無余に滅尽する」ことを明確に了知したが故に。

八聖道分には、八個の道分がある。ここまでに、私は、五個の道分に関しての解説をした。観禅の修行をする前、あなたはすでに、先に、別解脱戒または 10 戒、９戒、８戒、五戒を守っているかと思われるが、それには正語、正業と正命の、三種類の聖道分が含まれる。正語、正業と正命もまた、心路過程の形態でもって、相応する名法と共に生起する、故に、あなたはそれらを無常・苦・無我として観照しなければならない。

合計八項の聖道分があるが、これらは、あなたが必ずや修学しなければならないものである。

観禅の末端において、あなたが涅槃を証悟する時、八聖道分は同時に存在するが、あなたはそれらを了知しなければならない。どの様にして了知するのか？　あなたは、ま

ず、果定智（phala-samāpatti-ñāṇa）でもって、涅槃を了知しなければならない、出定の後、果定における名法を検査する。もし、あなたが一心に何度も練習するならば、果定の中の名法を見ることができる；もし、あなたが欲界法または初禅法を無常・苦・無我でると観照する時に涅槃を証悟したのであれば、あなたの道智と果智の中には、それぞれ、37 個の名法がある。この 37 個の名法の中に、八項の聖道分はすべて含まれる。

しかしながら、もし、あなたが第二禅法を無常・苦・無我として観照する時に涅槃を証悟したならば、あなたの道智と果智の中には、それぞれ、36 個の名法があることになる。この 36 個の名法の中には、七項の聖道分が含まれる、というのも、正思惟という、この項の聖道分が含まれないが故に。

仏陀は続いて、已作智について開示する：

「比丘たちよ。私が『この苦の滅に到る道聖諦は、修行されなくてはならない』と思惟する時――それはいままで聞いた事のない法であり、私の心中には、目（徹底した見）が生起し、智が生起し、慧が生起し、明が生起し、光が生起した。」

こうしたことから、あなたもまた、己自身がすでに八聖道分を修行した事を照見しなければならない。もし、八聖道分を照見することができないのであれば、あなたはすでに未涅槃を証悟したとは言えない。

二種類の八聖道分がある：世間的と出世間的八聖道分である。もし、聖果を証悟したいのであれば、それがソータパナであろうと、サターガミ、アナーガミまたは阿羅漢であろうとも、この二種類の八聖道分は、みな、あなたによって修行されなければならない。

この様に、四諦の一つひとつの諦の中には、それぞれ、諦智、作智及び已作智という、三種類の智慧があり、合計で、12 種類の智慧があることになる。

14-5　無上円満正覚

仏陀は引き続き開示して述べる：

「比丘たちよ。私が、この三転 12 相四聖諦の如実知見に対して、いまだ充分に清浄でないならば、私は諸天、魔、梵天、諸々の沙門、婆羅門、諸天と人間の世間において、無上円満正覚を証悟したと宣揚することはない。

しかしながら、比丘たちよ。ひとたび、私が、この三転 12 相四聖諦の如実知見に対して、完全に清浄であるならば、そのとき、私は諸天、魔、梵天、諸々の沙門、婆羅門、諸天と人間の世間に、無上円満正覚を証悟した事を宣揚する。知見が私の心中に生起し、

私は了知した：私の解脱は動揺することなく、これが私の最後の一生であり、私は未来において生まれ変わることがない。」

この三転 12 相に基づいて、四聖諦を了知する智慧は、彼が阿羅漢果を証悟した後に生起した。仏陀の阿羅漢道智と一切知智（sabhaññutā-ñāṇa）は、同時に生起する。

同様に、あなたが観禅を修習して、四聖諦を了知する段階に到達した時、この三転 12 相を通して、四聖諦を了知しなければならない。一つひとつの諦の、三種類の智慧の中で、諦智が最も重要である。作智と已作智は、証悟の後においてのみ、生じる。

15　憍陳如尊者

経文を続けて言う：

世尊は、この様に言うと、五比丘は、世尊の話に対して、歓喜と欣悦を感じた。

仏陀の開示は、ここで終わる。しかし、《転法輪経》の経文は、いまさ終結せず、経を聞いた後の結果をいくつか述べている。経文は以下の様に続く：

世尊が開示を終えると、憍陳如の心中に清浄で汚染の無い法眼が生じて、彼は見た：一切の生起する本質を有する法は、必ずや、滅するのであると。

上記のことは、特に生滅随観智の関して言っているのである：生滅随観智（udayabbaya-ñāṇa）は、因縁の生・滅と、刹那生・滅を見ることができる。聞くところによると、《転法輪経》を聞き終えた後、憍陳如尊者は、ソータパナ果を証悟したそうであるが、その時の彼の生滅随観智は、非常に安定したものであった。それはどの様な智慧であるのか？

それは「一切の生起する本質を有する法は、必ずや、滅するのである」を了知する智慧である。一人ひとりのソータパナ聖者は、必ずや、すでに徹底的に、五蘊（苦諦）と縁起（集諦）を了知しており、また、必ずや、それらは「行法」であるか、または「縁生法」（samudaya-dhamma、因縁に依存して、その和合により生じる法）であり、不断に生・滅する本質を擁していることを、すでに了知しているのである。これらの行法の生・滅を知見する観智は「刹那生滅智」（khaṇato udayabbayañāṇa）と言う。彼はまた、以下の事柄を観照しなければならない：

諸々の因が生起するが故に、五蘊が生起する；

諸々の因が無余に滅尽するが故に、五蘊が無余に滅尽する。

この種の智慧は、非常に堅固でなければならない。何故であるか？　というのも、ソータパナ道智が涅槃を了知する時、涅槃は禅修行者の心を冷静にする。涅槃の支援の下、彼の道智は、四聖諦を覆う無明を断じ除く。あの無明は、ソータパナ道智によて消失したが故に、彼の「一切の生起する本質を有する法は、必ずや、滅するのである」を照見した所の智慧は、非常に堅固に安定する。ここにおいて、私は、ソータパナ道智によって、すべての無明が消失するなどとは言わないのであって、ただ、四聖諦を覆っていた無明が消失しただけである、と言う、というのも、無明の完全なる消失は、阿羅漢道を証悟して初めて実現するが故に。

ある人が私に訊ねる：どうして憍陳如尊者は、これほど快速に、果を証得することができたのか、と。我々は、彼が、彼の過去世で累積した所の、波羅蜜について、考慮する必要がある。勝蓮華仏（Bhddha　Padumuttara）の時代から数えて、彼はすでに10 万大劫の久しきに亘って、波羅蜜を修していた。この様に深くて厚い波羅蜜を具備した人にとって、彼らが聖果を証悟する時、四無礙解智（paṭisambhidāñāṇa）を得ることができる。四無礙解智の五項の要素に関しては、以前説明したが、過去仏の教化の時代に観禅を修して、行捨智の段階に到達していなければならない、というこの一項（＋が重要で）ある。過去のこれらの波羅蜜によって、彼は、四聖諦に関する法を聞いた時、特に苦諦法と集諦法の（＋開示を聞いた）時、彼は、快速に苦諦法と集諦法を無常・苦・無我として領悟することができたのである。

15-1　聞随行經

《増支部》（Aṅguttara Nikāya）の《聞随行經》（Sotānugata Sutta）の中において、仏陀は解と行が共に重い（＝良好である）比丘には、四種類の結果がある、と述べている。この様な比丘は、仏陀の教えを暗記して誦し、かつ、観禅を着実に修行して、行捨智に到達している。しかしながら、彼は、いまだ涅槃を証悟しないまま死亡してしまった。彼の臨終速行心（maraṇāsannajavana：一生の内の最後の一個の速行心）は行法の無常・苦・無我の本質を目標に取って生起した。死後、彼は天界に生まれた。

彼の天界での結生心、有分心と死亡心は、みな、同様の、あの本質を目標として取ったのである。

たとえば、もし、前世の臨終速行心が行法の無常の本質を目標にとったならば、天界に生まれ変わった後の、この三種類の心もまた同様に、行法の無常の本質を目標に取るのである。苦の本質と無我の本質を目標に取る場合もまた同様である。この三種類の心の中において、有分心（生命相続流）が最も重要である。彼の、天神としての、この一生の内の、すべての有分心は、行法の本質を目標にするのであるが故に、行法の本質が常に彼の心中に存留（＝たくわえられる事）しており、（＋そのため彼はそれを）非常に容易にそれを了知することができる。まさにその様であるがために、行法の本質を思惟するや否や、彼は非常に快速に涅槃を証悟することができる。これが第一番目の結果である。

第二番目、第三番目の結果は：彼が天界において、積極的に止禅の修行も、観禅の修行もできないとしても、彼が神通があって、天界に説法に来る比丘が説法する時、または説法天神(=説法の得意な天神）が説法をするのを聞く時、彼は快速に行法を思い出すことができる。彼が行法の無常、苦または無我を観照する時、快速に涅槃を証悟することができる。

第四番目の結果は：もし、彼が法を聞く機会に恵まれない場合であっても、前世で、一緒に修行し、かつ、彼より先に天界に生まれた友人が、彼に注意を促す。その時、彼が、行法を無常・苦・無我として観照するならば、彼は快速に涅槃を証悟することができる。

憍陳如尊者は、かつて、過去仏（特に勝蓮華仏の時）の教化の時期に止観の修習が行捨智の段階まで到達していたため、彼は《転法輪経》（四聖諦に関する法）を聞いた時、快速に涅槃を証悟することができたのである。

16. 天神の歓呼

　経は、続けて言う：

世尊がこの様に法輪を転じる時、地神が叫んだ：

「世尊はバラナシ仙人堕処の鹿野苑において、無上の法輪を転じた、この転法輪は、どの沙門でも、婆羅門でも、天神でも、魔でも、梵天でも、世間の人間であっても、阻止することはできないものである。」

四天王天の天神たちは、地神の叫び声を聞いて、彼らもまた叫んだ：

「世尊はバラナシ仙人堕処の鹿野苑において、無上の法輪を転じた、この転法輪は、どの沙門でも、婆羅門でも、天神でも、魔でも、梵天でも、世間の人間であっても、阻止することはできないものである。」

当忉利天・・・夜摩天・・・兜率天・・・化楽天・・・他化自在天・・・梵衆天の天神たちは、天神たちが叫ぶのを聞いて、彼らも叫んだ：

「バラナシ仙人堕処の鹿野苑において、無上の法輪を転じた、この転法輪は、どの沙門でも、婆羅門でも、天神でも、魔でも、梵天でも、世間の人間であっても、阻止することはできないものである。」

その刹那、今そこにおいて、その瞬間、叫び声は梵天全体に伝わって行った。一万個の世界系が、何度も動揺し、震動し、顫動し、かつ広大無辺なる、諸天威神を超越する所の、殊勝な光明が現起した。

こうして、世尊は、感じる所あって、以下の話をしたのである：

「憍陳如は、確実にすでに、理解した。憍陳如は、確実にすでに、理解した。」

これがなぜ、憍陳如が「知っている憍陳如」（Aññāsi-Koṇḍaññа）という名前を得たか、という由来である。

　その他の四人の比丘（跋提迦、衛跋、摩訶那摩、阿説示）に関しては、仏陀は、何度も、如何にして五蘊と縁起を観照するのかを、教導して、その後、彼らに、如何にしてこれらの行法の無常・苦・無我の本質を観照するのかを、教えた。仏陀は毎日彼らを教え導き、結果、彼らは一日毎に、一人が、ソータパナ果を証悟することができたのである。憍陳如は《転法輪経》を聞いてソータパナ果を証得した後、即刻、出家を求めた。仏陀は以下の言葉を以て、同意した：

「善来、比丘、法已善説、善修梵行以滅尽一切苦。」

（善く来たれ、比丘よ、法はすでに善く説かれた、善く梵行を修して、一切の苦を滅尽せよ。」

これは、憍陳如尊者が、比丘戒を受けた時の様子である。その後、跋提迦、衛跋、摩訶那摩、阿説示もまた、日を追って、ソータパナ果を証悟し、かつ、同様の方法によって、比丘戒を得たのである。

17　如何にして痛苦を滅し除くのか

あなたは、痛苦（＝苦痛）から脱離（＝逃れる）したいですか？

もし、苦から離れたいのであれば、《諦相經・重閣經》（Kūṭaghāra　Sutta、Sacca Saṁyutta）を耳を澄まして聞いて下さい。

「比丘たちよ。もしある人がこの様に言ったとする：

『苦聖諦を如実に、徹底的に見る必要が無い。

苦集聖諦を如実に、徹底的に見る必要はない。

苦滅聖諦を如実に、徹底的に見る必要はない。

苦の滅に到る道聖諦を、如実に、徹底的に見る必要はない。

それでも私は究極的に、苦を離れることができる。』

――これは不可能である。

比丘たちよ。もしある人がこの様に言ったとする：

『ビルの一階を建てなくても、私は上層階を建てることができる。』

――これは不可能である。

同様に、もしある人がこの様に言ったとする：

『如実に、徹底的に、苦聖諦を見なくても、如実に、徹底的に、苦集聖諦を見なくても、如実に、徹底的に苦滅聖諦を見なくても、如実に、徹底的に、苦の滅に到る道聖諦を見なくても、私は、究極的に、苦から離れることができる。』

――これは不可能である。

しかしながら、比丘たちよ。もしある人がこの様に言ったとする：

『如実に、徹底的に苦聖諦を見、如実に、徹底的に苦集聖諦を見、如実に、徹底的に苦滅聖諦を見、如実に、徹底的に、苦の滅に到る道聖諦を見た後であるならば、私は究極的に苦から離れる事ができる』

――これは可能である。

比丘たちよ。もしある人がこの様に言ったとする：

『ビルの一階を建てた後に、私は次の上の階を建てようと思う。』

――これは可能である。

同様に、もし、ある人がこの様に言ったとする：

『如実に、徹底的に苦聖諦を見、如実に、徹底的に苦集聖諦を見、如実に、徹底的に苦滅聖諦を見、如実に、徹底的に苦の滅に到る道聖諦を見た後であるならば、私は究極的に苦を離れることができる。』

――これは可能である。

故に、比丘たちよ。

『これは苦である』を了知する為に、精勤するべきである；

『これは苦の原因である』を了知する為に、精勤するべきである；

『これは苦の息滅である』を了知する為に、精勤するべきである；

『これは苦の滅に到る道である』を了知する為に、精勤するべきである。」

もし、生死輪廻から解脱したいのであれば、最も重要な事は四聖諦を了知することである。

仏陀は《相応部・辺際村經》（Koṭigāma Sutta、Saṁyutta Nikāya）の中において、非常に明確にこの事を顕示している：

一時、世尊はバッジ族の辺際村に留まっていた。その時、世尊は、この様に、比丘たちに話した：

『比丘たちよ。

まさに、四聖諦を了知しない、徹底的に見ることがないが故に、あなたと私は、長い間の輪廻の中で、流転し、徘徊した。それはどの四項（の聖諦）であるか？

比丘たちよ。

まさに、苦聖諦を了知しない、徹底的に見ることがないが故に、あなたと私は、長い間の輪廻の中で、流転し、徘徊した。

まさに、苦集聖諦を了知しない、徹底的に見ることがないが故に、あなたと私は、長い間の輪廻の中で、流転し、徘徊した。

まさに、苦滅聖諦を了知しない、徹底的に見ることがないが故に、あなたと私は、長い間の輪廻の中で、流転し、徘徊した。

まさに、苦の滅に到る道聖諦を了知しない、徹底的に見ることがないが故に、あなたと私は、長い間の輪廻の中で、流転し、徘徊した。

比丘たちよ。

あの苦聖諦は、すでに了知され、徹底的に見られたのある；

あの苦集聖諦は、すでに了知され、徹底的に見られたのである；

あの苦滅聖諦は、すでに了知され、徹底的に見られたのである；

あの苦の滅に到る道聖諦は、すでに了知され、徹底的に見られたのである；

存在における貪愛はすでに切断され、存在に向かう渠道は、すせい破壊された。二度と来生は、有ることが無い。』

これは世尊が開示した言葉である。この様に開示した後、善逝大師はまた、以下の様に述べた：

由於不如実　徹見四聖諦

我等長久地　流転種種生

今聖諦已見　有渠已切断

断除苦之根　更不復再生

（四聖諦を如実に徹底的に見ることがないが故に

我々は、長い間、種々の生を流転した

今、聖諦をすでに見て　渠はすでに切断され

苦の根も断じ除かれた　二度と再生することはない　）

Ⅳ．無我相經　（Anattalakkhaṇa　Sutta）

この經は、仏陀が成道した後、人間（＝人の住む社会）において、開示した二番目の經である。開示した時間は、仏陀が成道の後、最初の雨安居の五日目、またすなわち、仏陀が《転法輪経》を開示した、その五日後である。

みなさんに理解して欲しい事：その時、五比丘は、みな、ソータパナになっていた為、ソータパナ道智を通して、四聖諦を徹底的に了知することができた、特に苦諦法――五取蘊に関しては。

五取蘊とは何か？　すなわち、色取蘊、受取蘊、想取蘊、行取蘊及び識取蘊である。

色取蘊とは、執着の目標となり得る過去、現在と未来、内在と外在、粗いと微細、劣等と優秀、遠いと近いの 11 種類の色法の事である。同様の道理で、執着を引き起す目標となり得る 11 種類の受を受取蘊と言い、執着を引き起す目標となり得る 11 種類の想を想取蘊と言い、執着を引き起す目標となり得る 11 種類の行を行取蘊と言い、執着を引き起す目標となり得る 11 種類の識を識取蘊と言う。この 11 種類の五取蘊は、苦諦法である。五比丘は、観智と道智で以て、徹底的に、それらを了知することができたのである。

また、彼らは、集諦法を了知していた、すなわち、（＋ソータパナであれば）縁起を観照して、（＋その結果）因果関係を了知していなければならないのであった。

苦諦法と集諦法は、行法（saṅkhāra-dhamma）と呼ばれる。彼らは、容易に、行法を無常・苦・無我として観照することができた。まさにそうであるが故に、彼らは《無我相經》を聞き終って後、阿羅漢果を証悟することができたのである。

彼らが、快速に証悟できた、その近因と遠因は、以下の二項の要素を具備していた（＋が故である）：彼らはすでに、その一生において、観禅の修行をし、ソータパナ果を証得したが、これが近因である。過去仏の教化の時代、彼らはかつて、すでに苦諦法と集諦法を無常・苦・無我として観照して、行捨智の段階に到達していた、これが遠因である。この二項の要素の支援の下、彼らは快速に阿羅漢果と、四無礙解智とを、同時に証悟することができたのである。（＋上に述べた）これらの事柄は、彼らの証悟の要素と状況である。

我々は、經文を読んでみようと思う：（この經は）バラナシの付近の鹿野苑で話された。その時、世尊は、五比丘の以下の様に、話された：

「比丘たちよ。色は私（＝我とも。以下同様）ではない。比丘たちよ。色が私であるならば、色は疾病に遭遇する事がないし、また人々は、色をコントロールする事ができ、以下の様に言うであろう：『色よ、この様になれ、色よ、あの様になるな』

しかしながら、比丘たちよ。色は私でないが故に、色は疾病に遭遇し、人々は色をコントロールすることができない。（＋色をコントロールできるならば、人は言うであろう）『色よ、この様になれ、色よ、あの様になるな』と。」

色法のこの種の無我の本質は、「不自在」（avasavattanaka）であり、その意味はすなわち、色法は、個人または自我（＝我、おのれ、以下同様に）の願いによって、生起することがない；それらは、因縁が和合して生起するのであり、因縁が壊滅する事によって壊滅するのである。次に仏陀は、その他の四蘊に関して、以下の様に教導する：

「受は私ではない。比丘たちよ。もし、受が私であるならば、受は、疾病に遭遇する事がない。また人々は受をコントロールすることができ、以下の様に言うであろう：

『受よ、この様になれ、受よ、あの様になるな』と。

想は私ではない・・・

行は私ではない・・・

識は私ではない。

比丘たちよ。もし、識が私であるならば、識は、疾病に遭遇する事がない。また人々は識をコントロールすることができ、以下の様に言うであろう：

『識よ、この様になれ、識よ、あの様になるな』と。

しかしながら、比丘たちよ。識は私でないが故に、識は疾病に遭遇し、人々は識をコントロールすることができない。（＋人々が識をコントロールすることができるならば）『識よ、この様になれ、識よ、あの様になるな』と言うであろう。」

この様に、五蘊はみな、不自在なのであり、我々のコントロールできるものではない。これがそれらの無常の本質である。その後、仏陀は問答の方式でもって、開示したが、これを「記説」（veyyā　karaṇa）と言う。

「あなたはどの様に思いますか？　比丘たちよ。色は常ですか？または無常ですか？」

「無常です、世尊。」

この問答の中において、我々は五比丘がすでに、徹底的に、色法を照見しており、かつ色法は無常である事を了知していることが分かる。故に、仏陀は彼らに問いて言う

「色は常であるか、または無常であるか？」

彼らは容易に答えることができる、「無常である」と。

その時、彼らは観智を通して、色法の無常の本質を明確に照見していたのである。

もし、いまだ色法の無常の本質を照見していないのであれば、彼らはその様に答えることができない。故に、もし、あなたがソータパナ果乃至阿羅漢果を証悟したいのであれば、あなたもまた、己自身の身によって、観智でもって、色法の無常の本質を徹底的に、了知しなければならない。

仏陀の教法に基づくと、色法は微粒の形態で生起する。これらの微粒（＋子）を色聚と呼ぶ。それらは、原子より更に小さい。あなたは系統的に、四界分別観を修習した時初めて、これらの色聚を見ることができる。あなたが色聚を照見する時、それらは生起するや否や、即刻壊滅することを発見するであろう。しかし、この時はまだ、それらを無常として、観照してはならない。というのも、あなたはいまだ徹底的に、色法の密集を看破できていないが故に。あなたは各種の色聚を分析し、その中の究極色法を透視しなければならない。あなたは、一粒一粒の色聚の中には、少なくとも八種類の色法、すなわち、地界、水界、火界、風界、色彩、匂い、味と栄養素が、含まれている事を発見するであろう。ある種の色聚には、九種類の色法が含まれているが、それはすなわち、前に述べた八種類に、命根色（jīvita）を加えたものである。

ある種の色聚は、10 種類の色法を含んでいるが、それはすなわち、前に述べた 9 種類に、浄色（pasāda-rūpa）または性根色（bhāva-rūpa）、または心所依処色（hadaya-rūpa 心色）などを加えたものである。唯一、あなたが色聚を分析できる様になった、その後初めて、その中の究極色法を分析することができ、その後でようやく、それらの刹那生・滅を無常として、観照することができる。その時、あなたは容易に、それらの無常の本質を照見することができるであろう。

色法は、合計 28 種類ある。その中の 18 種類は、真実色法であり、それらは観智の目標となり得る；残りの 10 種類は、非真実色法であり、それらは観智の目標（注 7）になり得ない。しかしながら、あなたが色法を観照する時、真実色と非真実色は、みな、観照される必要がある。というのも、もし、非真実色を観照しないならば、真実色もまた観照することができないからである。例を挙げて説明すると、たとえば、空間（ākāsa）を照見しないならば、あなたは色聚を照見することができない。空間は非真実色であり、

真実色ではない。その他の非真実色法の状況もまた同様である事は、合理的に類推する事。

仏陀が五比丘に色法は常であるか、無常であるかの問題を問うた時、彼らは明確に、色法を無常であると照見していたが故に、「無常である、世尊。」と答えたのである。

次に、仏陀は問う：

「無常であるならば、それは苦であるか、それとも楽であるか？」

「苦です。世尊」

（注７）「28 種の色法」に関しては、「付録」参照の事。

彼らは、また、色法は苦であると照見する。どの様な種の苦であるか？

行苦（saṅkhāra-dukkha）、すなわち、不断に生・滅に圧迫される苦である。もし、ある物が、不断に生・滅の圧迫を受けるならば、我々はそれを楽である、と言えるであろうか？　　不可能である。五比丘は、容易に、色法の苦の本質を照見できたのである。

仏陀は続けて述べる：

「それが無常、苦であり、変化してやまないものであるならば：『これは私のもの；これは私；これは私の自我（＝これは己が探し求める本来の自己、の意）』と見做すのは、適切であるや否や。」

「当然、不適切です、世尊」

色法は、生起するや否や、即刻壊滅する、故にそれらは無常である；それらは生・滅の圧迫を受け続けており、故に苦である；色法の中においては、コントロールできる、または主宰できる所の、一個の、安定した我、私は存在しない、故に無我である。

色法は、無常・苦・無我であるが故に、我々は以下の様に言うことはできない：

「これは私のものである；これは私である；これは私の私である」。

もし、色法の中に、一個の自我（＝私、我）が存在するならば、色法は安定的、長期的に存在するはずである。しかしながら、実際には、色法は生じるや否や、即刻滅する、故に、それらの中において、不変の我、私は無いのである。これが、なぜ、五比丘が：「当然不適切です、世尊」と答えたのか、と言う答えである。この回答は、彼らはすでに、色法の無我の本質を照見していることを意味している。

註釈の解釈によると、

「これは私のもの」と執着するのは、愛取（taṇhaggāha）であり；

「これは私である」と執着するのは、慢取（mānaggāha）であり；

「これは私の私である」と執着するのは、我取（attaggāha）である。

色法に対する愛取は、通常、色法は楽しさを齎すであろう、という錯覚から生じている。あなたが色法が、不断に生・滅の圧迫を受けている、この種の苦の本質を照見する時、あなたは「これは私のものである」などとは言わないであろう。こうしたことから、もし、あなたが何度も、色法をして「苦、苦、苦」と照見して、相当レベルに到達した時、愛取は消失する。色法を苦として照見するのを「苦随観」（dukkhānupassanā）といい、それは「愛取」と相互に対立する。

色法の慢取に関しては、通常、驕慢に値する色法があると認めるのは、色法が恒常的な存在であるという錯覚から生じる。あなたが色法を無常であると照見する時、あなたは「これは私である」と言わなくなるであろう、というのも、それは常に変化しているが故に。あなたは色法の中において、「私」を見つける事はできない、そうであるが故に、あなたの驕慢は立脚点を失う。そして、あなたは色法の無常を観照する時、慢取は徐々に消失する。この種の観法は、無常随観（aniccānupassanā）と呼ぶ。それと「慢取」は相互に対立する。

色法に対する我取は、通常、色法の中において我が存在している、という錯覚から生じている。あなたが色法を無常と苦であると照見する時、色法をば、恒常不変の我が存在している、などとは言わないであろう。色法の無常の本質と、苦の本質を照見する事を通して、あなたは色法を無我として照見する。この様にして、我取は徐々に消失する。この種の観法を無我随観（anattānupassanā）と呼ぶ。

この経の中において、仏陀は先に無常相を解説し、その後に苦相を解説し、最後にようやく無我相を解説した。これは、無我相は、非常に理解しにくいからである。その他の経において、ある時は、仏陀は先に無常相を解説し、その後に無我相を解説する；ある時は、仏陀は先に苦相を解説し、その後に無我相を解説する。本経においては、先に無常相と苦相を解説した後、ようやく、無我相を解説しているのである。本経を聴聞した五比丘は、容易に、色法の無常・苦・無我を照見することができた。経文は続けて以下の様にいう：

「あなたはどの様に思うか？　比丘たちよ。

受は常であるか、または無常であるか？・・・

想は常であるか、無常であるか？・・・

行は常である、無常であるか？・・・

識は常であるか、無常であるか・・・・」

五比丘は、徹底的に、五蘊を照見し、かつ、五蘊を無常・苦・無我として了知した。

ここにおいて、仏陀が彼らを教導した観禅の五蘊法門とは、以下の通りである：

「故に、比丘たちよ。一切の色、過去のものであろうとも、未来のものであろうとも、または現在のもの、内在のもの、外在のもの、粗いもの、微細なもの、劣等なもの、殊勝なもの、遠いもの、近いものであろうとも、智慧でもってそれらを：

『これは私のものではない；これは私ではない；これは私の私ではない』

と如実に、その様に見做さねばならない。」

《中部・闡陀教誡經》（Majjhima Nikāya、Chunnovāda Sutta）の註釈の中において、

「これは私のものではない；これは私ではない；これは私の私ではない」というのは、三相である、と述べている；故に、もし、あなたが 11 種類の色法を、無常・苦・無我として観照するのであるならば、まさに

「これは私のものではない；これは私ではない；これは私の私ではない」

と観照している事になる。この二種類の「三相」の解釈方法は、みな同じものである。

五比丘が仏陀の開示である《無我相經》を聴聞している時、彼らは、仏陀の教導の通りに修行する事ができ、その場で、過去、未来、現在、内在と外在、粗いと微細、劣等と殊勝、遠いと近いの色法を観照できただけでなく、また、入れ替わりつつ、この 11 種類の色法を、無常・苦・無我として観照することもできた。彼らは、仏法を聴聞したその時、徹底的に、観禅の修行ができ、この三相を了知したのである。同様の方法は、受、想、行、識にも適用することができる、というのも、仏陀は、以下の様に開示しているが故に：

「一切の受について・・・

一切の想について・・・

一切の行について・・・

一切の識について、過去であろうと、未来または現在であろうと、内在、外在、粗い、微細、劣等、殊勝、遠い、近いものであろうと、すべて、智慧でもてそれらを如実に：

『これは私のものではない；これは私ではない；これは私の私ではない。』

という風に見做さなければならない。」

このことから分かる様に、五比丘は、仏陀の開示を聴聞したその時、その場で、11種類の五取蘊の三相を観照することができたのである。

皆さんに覚えておいて欲しい。彼らは、過去の10万大劫以来、かつで、何度も、過去の諸仏の教化の時代において、この種の観禅を修行していたのである。これが、彼らが証悟できた一つの要素である。もう一つの要素は、《転法輪経》を聴聞した後、彼らは11種類の五蘊を、無常・苦・無我として徹底的に了知することができた、ということである。彼らは、五日間の間に、この三相を繰り返し観照した。彼らの、阿羅漢果を証悟する観智が熟した時、仏陀は彼らのために《無我相經》を開示した。その理由は、その時、もし、彼らが、再度、11種類の五蘊を無常・苦・無我として観照するならば、阿羅漢果を証悟することができたからである。これが、仏陀が、彼らにこの經を開示した理由である。

仏陀は引き続き開示して言う：

「比丘たちよ。この様な認識を具備した後、善学の聖弟子は、色に対して厭離し、受に対して厭離し、想に対して厭離し、行に対して厭離し、識に対して厭離する。この様に厭離した後、彼は欲の染から遠く離れる。欲染から遠く離れた後、彼は解脱を得る。

解脱を得た後、以下の様に智慧が生じる：『私はすでに解脱を得た。』

彼は理解する：『生已滅尽、梵行已立、応作皆辦、不受後有』（生はすでに滅尽し、梵行はすでに立ち、なすべきことは無し終えて、後有を受けない）。」

聖弟子は11種類の五蘊に厭離を感じた、というのも、彼は明確に、五蘊の無常・苦・無我の本質を照見したのであるから。世尊がこの様に開示した時、五比丘は、世尊の話に対して、欣悦と歓喜を感じた。この經が語り終えられると、五比丘の心は諸漏より解脱し、執着を了無（＝終了）させた。

仏陀の開示を聴聞すると同時に、五比丘はその時、その場で、11種類の五蘊を無常・苦・無我として観照した。彼らの観智が徐々に熟する時、彼らはサターガミ道智でもって、涅槃を了悟し、貪欲と瞋恨の力は、削がれ弱くなったのである。その後、彼らは、アナーガミ道智でもって、涅槃を了悟し、徹底的に瞋恨と欲界の貪欲を断じ除いたのである。最後に彼らは、阿羅漢道智でもって涅槃を了悟し、残りのすべての煩悩を、徹底的に断じ除いたのである。

たとえば、驕慢、愚痴（＝愚かで無知な事）、掉挙、昏沈と睡眠などを。一つひとつの道智は、みな、徹底的に残りの一切の煩悩を断じ除いた。故に彼らは「諸漏からの解脱、執着の了無」ができたのである。もし、阿羅漢果を証得したいのであれば、あなたもまたこの様に修行しなければならない。

実際には、どの様に修行するのか？　私は《泡沫比喩經》(Pheṇa-piṇḍūpama　Sutta) を用いて、11 種類の五取蘊を無常・苦・無我として観照する方法を解説したいと思う。

経文を聞いて頂きたい：

ある時、世尊はガンジス河の阿約迦（Ayojjhā）に留まった。世尊が初めて阿約迦に来た時、そこに住む居士が、世尊とサンガに僧院を一座供養した。世尊がそこに住んでいる時、ある日の夕方、彼は香舎から出て、ガンジス河の川岸に座った。その時彼は、大きな一塊の泡が、河の流れに沿って、流れて来たのを見て、心の中で思った：

「私は五蘊に関する開示を述べようと思う。」

そして、彼の周りに座っていた比丘たちに言った：

「比丘たちよ。もし、ガンジス河に、大きな泡の塊が流れてきたとして、視力のよい人がそれを視察し、それに関して深く思慮し、それを子細に研究するならば、その泡の塊は、この人にとっては、空の、虚の、実体のないものと言える、というのも、泡の塊のどこに、実体が存在しているといえるのだろうか？

同様に、比丘たちよ。どの種類の色であろうとも：過去の、現在の、未来の、内在の、外在の、粗いのまたは微細な、劣等なまたは殊勝な、遠いものまたは近いもの、比丘はそれを視察して、それに対して深く思慮して、それを子細に研究すれば、色は比丘にとって、空の、虚の、実体のないものになる。というのも、色の中には実体といえるものがどこにもないのであるが故に。」

仏陀がこの様に比喩を述べるのはどの様な意図があるのであろうか？　我々は以下の幾つかの要点を考察しなければならない：

1、まず、彼は泡の空虚、実質がない、という本質でもって、色法（rūpa 物質）の空洞であること、実体のない本質を比喩しようとした。もし、あなたが四界分別観の修習に成功しているならば、我々が執着する所のこの身体は、実際には、実体と実質がないことが、己自身自ら見ることができる。身体は、ただ極微細な小さい粒子によって集団を構成しているにすぎない；この種の微粒子を色聚（rūpakalāpa）と呼ぶ。

そして、色聚はまた、刹那生・滅する所の究極色法によって構成されている。ちょうど我々が泡を掴もうとした時、泡は即刻滅しさる様に、同様に、我々の身体の中の色聚も

また、生起するや否や、即刻解体し、消失する。新しく生起した色聚は、古いものより取って代わり、その後に同じく、即刻、消えてしまう。ちょうど、我々が己自身の願望に沿って、泡を形作ることができない様に、同様に、我々の身体を構成する所の色法もまた、我々の意志によってコントロールすることはできないものであり、恒常なる実体または恒常なる自我（＝我、私）というものは存在しない。実際の所、色は無常・苦・無我なのである。

2、仏陀は泡が流れに沿って流れ去ったのを見た時、彼は、泡というものは、いつでも破壊されるもので、またいつ破壊されるかは、予想がつかないものであると知った。

同様に、深く思慮した後、我々は、身体はある日、最終的に瓦解するものであり、粉砕されし、また、我々はそれがいつ起こるかをコントロールすることができないものである（＋ことが分かる）。まさに、河の流れに沿って流れゆく泡の様に、我々は己自身の業に従って、生死輪廻の中で漂っているのであり、いつ生命が終わるのかを知らないでいる。この事に対して、我々は主人となり得ないのに、我々はどうして、色を常であるとか、我でるとか、認定することができるのであろうか？

色取蘊は無因で、自然に生じる、ということはない；それらが生起する因と縁は以下の通りである；

1、眼浄色、耳浄色、命根色などの業生色は、五種類の過去因（無明、愛、取、行及び業）に依存して生起する。

2、心生色は、受・想・行・識という、この四種類の名蘊に依存して生起する；

そして、四種類の名蘊はまた、心所依処に依存して生起する。

3、時節生色は、火界（tejo）によって生じるが、火界は色蘊の中の一項である。

4、食生色は、食素によって生じるが、食素もまた色蘊の中の一項である。

仏陀は色取蘊に関して、この様に説明した。仏陀は引き続き以下の様に解説する。

「比丘たちよ。もし、雨期の最後の一か月に、大粒の雨滴が直線的に落ちてくるとして、その時、水面では水泡が生起し、また破裂する。視力のよい人がそれを視察し、それに関して深く思慮し、それを子細に研究するならば、その水泡は、この人にとっては、空の、虚の、実体のないものと言える、というのも、水泡のどこに、実体が存在しているといえるのだろうか？

同様に、比丘たちよ。どの種類の受であろうとも：過去の、現在の、未来の、内在の、外在の、粗いのまたは微細な、劣等なまたは殊勝な、遠いものまたは近いもの、比丘は

それを視察して、それに対して深く思慮して、それを子細に研究すれば、受は比丘にとって、空の、虚の、実体のないものになる。というのも、受の中には実体といえるものがどこにもないのであるが故に。」

仏陀はこの比喩でもって何を教え様としているのか？

受（vedanā）の特徴は、目標（所縁）の受領と体験である。受は、楽受、苦受と捨受の三種類の分類することができる。ちょうど水泡が脆弱で、掌握できない、生じるが否や即刻滅するのと同じ様に、受もまた瞬間できに滅し去るため、その恒常性と安定性を認められることはない。水泡が水面の上で生じても、久からずして、即刻滅する様に、受もまた同じ道理でもって（＋滅し去る、というのも、それは）一弾指の間に、一万億個の受が生・滅し去るが故に。ちょうど、水泡が因と縁に依存して生起するのと同じ様に、受もまた、過去と現在の因と縁によって生起する。受が依存する所のの過去の因とは何であるか？　それは無明、愛、取、行及び業である。受の現在因は何であるか？　それは依処、目標と接触である。受は、単独では生起することはできず、必ず依処に依存し、目標に接触して相応の名法と同時に生起する必要がある。その他の名蘊――想蘊、行蘊、識蘊――もまた、同様の道理で以て、みな単独では生起することができず、必ず過去と現在の因と縁に依存して初めて生起することができる。これが、仏陀の受取蘊に関する解説である。

仏陀はまた続いて開示する：

「比丘たちよ。もし、熱季の最後の一か月の正午の時分に、チカチカと揺れ動く蜃気楼が発生したとする。視力のよい人がそれを視察し、それに関して深く思慮し、それを子細に研究するならば、その蜃気楼は、この人にとっては、空の、虚の、実体のないものと言える、というのも、蜃気楼のどこに、実体が存在しているといえるのだろうか？

同様に、比丘たちよ。どの種類の想であろうとも：過去の、現在の、未来の、内在の、外在の、粗いのまたは微細な、劣等なまたは殊勝な、遠いものまたは近いもの、比丘はそれを視察して、それに対して深く思慮して、それを子細に研究すれば、想は比丘にとって、空の、虚の、実体のないものになる。というのも、想の中には実体といえるものがどこにもないのであるが故に。」

仏陀がこの様に比喩を述べるのはどの様な意図があるのであろうか？

想（saññā）の特徴は、標識（=対象にラベリングする事）及び目標（所縁）の認識である。それは次回、同じ目標に出会った時、それを認識できる様にする為である。

想は、蜃気楼と同じである、というのも、それは到達することのできないもの、掌握することができないものであるが故に。それは一種の心所であり、真正なる実体を持たず、因と縁に依存して、変化するものである。（＋それは）一人の人間にとってはこの様に状況であり、別の人間にとってはまた別の状況であったりする。一切の有為法は、無常・苦・無我及び不浄である；しかし、凡夫は無明の影響を受けて、見るもの、聞くもの、嗅ぐもの、味わうもの、触るもの、及び知る目標（所縁）を常、楽、我、浄としてラベリングしてしまう。これを「顛倒想」（saññāvipallāsa、または想顛倒）と呼ぶ。

ちょうど蜃気楼が皆を騙す様に、同様に、想は、人々をして、不浄、苦、無常の物事を、美しいもの、楽しいもの、恒常であると思わしめてしまうのである。これが仏陀の、想取蘊に関する解説である。

仏陀は引き続き、開示する：

「比丘たちよ。もし仮に、ある人が、心材を必要として、心材を探し求め、四方に心材を探し求めるとして、その人が鋭利な斧を以て森林に入ったとする。彼は大きな芭蕉樹を見つけた、それは真っ直ぐで、新緑で、いまだ果蕾は出ていない。彼は樹幹の根本から、その芭蕉樹を斬り倒し、上部の葉を切り落し、その後に、一層また一層と、樹幹を剥いた。彼が一回また一回と、樹幹を剥くとき、彼は、柔かい木材さえも見つけることができないし、ましてや心材も見つけることができない。一人の、視力のよい人がそれを視察し、それに関して深く思慮し、それを子細に研究するならば、その芭蕉樹は、この人にとっては、空の、虚の、実体のないものと言える、というのも、芭蕉樹のどこに、実体が存在しているといえるのだろうか？

同様に、比丘たちよ。どの種類の行であろうとも：過去の、現在の、未来の、内在の、外在の、粗いのまたは微細な、劣等なまたは殊勝な、遠いものまたは近いもの、比丘はそれを視察して、それに対して深く思慮して、それを子細に研究すれば、行は比丘にとって、空の、虚の、実体のないものになる。というのも、行の中には実体といえるものがどこにもないのであるが故に。」

仏陀は、この様な比喩でもって何を説明しようとしているのであろうか？

ちょうど、芭蕉樹がの幹が、多くの層の鞘の合成体であて、それぞれの層には、それぞれの特徴がある様に；行蘊（saṅkharakkhandha）もまた、多くの心所の合成体であり、一つひとつの心所は、それぞれ、己自身の特徴と作用を擁している。

心所（ceasika）は 52 種類（注 8）あり、それらは、心（citta）と共に同時に生起し、同時に壊滅する。同じ依処に依存し、同じ目標を縁に取り、各自の特有の作用を執行す

る事を通して、心が前面的に目標を認知する事を支援する。それらの中において、受は受取蘊であり、想は想取蘊、その他の 50 種類の心所は行取蘊である。ある種の心所は、一個の心識刹那の中で生起するが、しかし、すべての心所がそうであるとは限らない。

たとえば、安般初禅でいえば、安般初禅の中の禅心は、色界善心であり、一つひとつの心識刹那の中には、34 個の名法が存在している。その中の受は楽受であって、受蘊であり；想は安般初禅に対する印象であって、想蘊であり；識は、安般禅相への認知であって、識蘊であり；その他の 31 個の心所は、行蘊である。行蘊の中の思は善、不善名法が果報を生じる時の強弱を決定する場合の最も顕著な要素である、その意味はすなわち、もし、業を造（ナ）す時に、その思が強ければ強いほど、結成する果報もまた、益々強くなる、という事である。また、行蘊の中においては、一般的な心所もまた含まれる、たとえば、一境性と作意等である；善心所、たとえば、信、念と無貪など；不善心所、たとえば愚痴（＝愚かで無知な事）、貪欲、瞋恨、邪見などである。禅心は善心でるため、その中には不善心所は存在しない。上に述べたこれらの心所は、みな、同一の心識刹那の中において生起し、その後、跡形もなく消失する、故に、それらは無常である。

それらは過去の因・縁と、現在の縁に依存してせいきするのであって、っ決して理由も無く生起するものではない。故に、それらは完全に恒常なる自我（＝私、我）または主宰者の本質を擁していないのである。これは、仏陀の行取蘊に対する解説である。

仏陀は続けて開示する。

「比丘たちよ。たとえば、一人の魔術師がまたは魔術師の生徒が、十字路に立って、馬術を披露する時、一人の視力のよい人がそれを視察し、それに対して深く思慮し、それを子細に研究するあんらば、その魔術は、この人にとっては空の、虚の、実質のないものとなる、というのも、魔術の中には、実質など存在していないが故に。

同様に、比丘たちよ。どの様な識であろうとも；過去の、未来のまたは現在のであっても、内在のものまたは外在のもの、粗いもの、微細なもの、劣等なもの、殊勝なもの、遠いもの、近いものであっても、比丘はそれを視察し、それを深く思惟し、それを子細に研究する。その様に比丘にとって、識は、空であり、虚であり、実質のないものである、というのも、識の中において実質的な存在はないが故に。」

仏陀がこの様な比喩を述べる含意は何であろうか？

識（viññāṇa）の特徴は、目標（所縁）を認識する事である。もし、識を、人を騙す、人をして邪見を起させるという観点から見ると、識は、魔術と同じである。たとえば、それは人々をして、以下の様な間違った、錯覚した印象を齎す；行ったり来たり、立っ

たり座ったりしているあの人が、ずっと同様の身・心を擁しているのだ、という錯覚である。しかしながら、実際には、それらの行動の内に、身・心は刹那刹那に変化しており、同様ではありえない。（＋この人がものを）見る時は見る時の身・心、聞く時は聞く時の身・心、思考する時は思考する時の身・心であって、それぞれ異なっているのである。これらの心識の生起は、意志によって、主宰されるものではない。私は、「私はみたい、私は聞きたい」等々とは、決定することはできないのである。というのも、識は過去の因と縁及び現在の因と縁によって生起するが故に。

たとえば、色彩が眼門（眼浄色）と意門（有分心）を打つとき、眼識は、眼門心路過程の中において生起して、見るという作用を執行する；眼識が生起するのか過去因とは、無明、愛、取、行及び業であり；現在因は色彩、眼根（眼浄色）、接触、光明と作意である。これらは、ただ因と縁の和合によって生じた現象であり、一個の「我、私」が見るという過程を操縦している訳ではない。我々が識が生じないようにと決意したとして、そして、わざと眼根、耳根、鼻根、舌根、身根を破壊したとしても、心中にはやはり目標が出現するのであって、それゆえに、意識は生起するのである。この様に、その他の種類の取蘊と同じ様に、識取蘊もまた因と縁によって生じるのであって、恒常なる自我（＝我、私）という存在はないのである。

私は例を挙げて説明する：もし、ある人間が、己自身の親愛なる子供を亡くしたとしよう。過度の思念によって、彼は以下の様に考える：

「おお、私の可哀そうな子供はすでに亡くなった。なんと苦痛であることよ！私の心は、日夜、愁、悲、憂、悩が満ちていて、この様に何か月を過ぎた。私は、もう二度と楽しい気持ちになれないであろう。」

また別の人間は、物理学に関して豊かな学識をもっていて、かつ、己自身の知識を誇りに思っていた。彼は、一般の人々と物理学について論議した後、この様に言う：

「おお、私の心の力はどれほど強いことか！私の心は、他の人の心の様に、無能ではない。私は他人より更に豊富な知識と理解をもっている。」

なぜ、人々はこの様に考えるのであろうか？　というのも、彼らは、心は恒常であると、信じていて、心は、過去と現在の因と縁によって生・滅する事を知らないからである。

いま、もし、人が、あの悲惨な人に、あなたは百億円の宝くじに当たったと告げたならば、彼は已然としてこの様に思うであろうか：

「私の心は、日夜、愁、悲、憂、悩が満ちていて・・・。私は、もう二度と楽しい気持ちになれないであろう。」

私はあり得ないと思う、というのも、悲哀と楽しさは、ともに恒常ではなく、ただ因と縁によって生・滅しているに過ぎないが故に。また、上に述べたあの、学識でもって名誉としている人と、博学な哲学を擁する智者と哲学の話をする時、彼はなおも：

「おお、私の心の力はどれほど強いことか！私の心は、他の人の心の様に、無能ではない。私は他人より更に豊富な知識と理解をもっている。」

と言うであろうか？　私はあり得ないと思う、というのも、因と縁の条件が変化したならば、心識もまた変化するが故に。仏陀は五種類の比喩でもって、五蘊についてそれぞれ解説し、系統的に、五取蘊の中の、一つひとつの取蘊は空虚であり、実体がなく、本来の自己というものはない、ということを示した。衆生は純粋に、ただ五取蘊によって構成されていて、別のものではない以上、衆生の中において、実質（＝実体）や、恒常の自我（=私、我）は存在しようがないではないか？　以上が、仏陀が《泡沫比喩經》の中において、開示した所の、11 種類の五蘊を無常・苦・無我として観照する方法である。

更に一歩進んで、上に述べた解説を確認する為に、私は《中部、小薩遮迦經》(Majjhima Nikāya、Cūḷasaccaka　Sutta）の中において、小薩遮迦が提出した問題と、仏陀の回答を引用したいと思う：

「沙門ゴータマの弟子は、どの様にして、彼の教えを履行し、彼の勧告に従い、導師の教法の中で懐疑を超越し、困惑を避け離れ、堅信を獲得し、他人に依存しないでいられるのか？」

「ここにおいて、火吠舎よ。如何なる種類の色においても、過去のであろうとも、未来または現在のもの、内在、外在、粗い、微細、劣等、殊勝、遠い、近いにかかわらず——私の弟子は、みな、正智でもって、以下の様に如実に照見する：

『これは私のではない、これは私ではない、これは私の私ではない。』

如何なる種類の受においても・・・

如何なる種類の想においても・・・

如何なる種類の行においても・・・

如何なる種類の識においても・・・

過去のであろうとも、未来または現在のもの、内在、外在、粗い、微細、劣等、殊勝、遠い、近いにかかわらず——私の弟子は、みな、正智でもって、以下の様に如実に照見する：『これは私のではない、これは私ではない、これは私の私ではない。』

これが、私の弟子が、私の教えを履行し、私の勧告に従い、私の教法の中で懐疑を超越し、困惑を避け離れ、堅信を獲得し、他人に依存しないでいられる方法である。」

「大師ゴータマ、比丘は如何にして諸々の漏が已に尽きた、梵行は已に立った、為すべきことは成し終えて、真正なる目標に到達し、存在の足かせを破壊し、完全なる智でもって徹底的に解脱した阿羅漢となり得るのか？」

「ここにおいて、火吠舎よ。何なる種類の色においても、過去のであろうとも、未来または現在のもの、内在、外在、粗い、微細、劣等、殊勝、遠い、近いにかかわらず

――比丘は、みな、正智でもって、以下の様に如実に照見する：

『これは私のではない、これは私ではない、これは私の私ではない。』

如何なる種類の受においても・・・

如何なる種類の想においても・・・

如何なる種類の行においても・・・

如何なる種類の識においても・・・

過去のであろうとも、未来または現在のもの、内在、外在、粗い、微細、劣等、殊勝、遠い、近いにかかわらず――比丘は、みな、正智でもって、以下の様に如実に照見する：

『これは私のではない、これは私ではない、これは私の私ではない。』

これが、比丘が、諸々の漏が已に尽きた、梵行が已に立った、為すべきことは成し終えた、真正なる目標に到達し、存在の足かせを破壊し、完全なる智でもって徹底的に解脱した阿羅漢となり得る方法である。」

仏陀のこの二つの回答から以下の事が知れる、阿羅漢になるためには、11 種類の五蘊を観照しなければならないだけでなく、ソータパナになるためにもまた、これを観照しなければならない。五比丘は、《転法輪経》を聞いた時とその後において、11 種類の五蘊を、無常・苦・無我として観照して、結果、ソータパナを証得した。彼らが《無我相經》を聞いた時、再び、11 種類の五蘊を無常・苦・無我として観照して、結果、阿羅漢果を証得した。もし、人が聖者になりたいと思うならば、彼らをば、学習の模範としなければならない。

しかしながら、我々は、《無我相經》の中において、五比丘が縁起法を修行した事に言及していないなどと論争する必要はない。実際、ソータパナを証悟した後の五日間の間に、彼らは、何度も繰り返し縁起法を修行し、かつ、苦諦法と集諦法を無常・苦・無我として観照していたのである。故に、彼らは阿羅漢果を証悟する前に、すでに徹底的に縁起法を明瞭に理解していたのである。　もし、いまだ、観智でもって直接的に縁起法を了知していないのであれば、疑惑（vicikicchā）を超えることはできない。そうで

あるならば、ソータパナ果を証悟することはできないし、尚の事、阿羅漢果は無理なことである。

以下の如くの、《因縁相応・・縁經》（Nidāna Saṁyutta、Paccaya Sutta）の中の開示を聞いて欲しい：

「比丘たちよ。縁起とは何であるか？　生を縁として、老死（が生起する）。

如来が世に出るか出ないかに関わらず、この道理はすでに安立している、これは法住性（dhammaṭṭhitātā）であり、法決定性（dhammaniyāmatā）であり、縁起性（idapaccyatā）である。如来は、この法を証悟し、現のこの法を観ずるものである。証悟し、この法を現観した後、（如来は）宣言し、教示し、告知し、設立し、開演し、解説し、この法を明らかにして言う：『見よ！比丘たちよ。生を縁にして、老死（が生起する）。』

有を縁にして、生（が生起する）；

取を縁にして、有（が生起する）；

愛を縁にして、取（が生起する）；

受を縁にして、愛（が生起する）；

触を縁にして、受（が生起する）；

六処を縁にして、触（が生起する）；

名色を縁にして、六処（が生起する）；

識を縁にして、名色（が生起する）；

行を縁にして、識（が生起する）；

無明を縁にして、行（が生起する）。

如来が世に出るか出ないかに関わらず、この道理はすでに安立している、これは法住性（dhammaṭṭhitātā）であり、法決定性（dhammaniyāmatā）であり、縁起性（idapaccyatā）である。如来は、この法を証悟し、現のこの法を観ずるものである。証悟し、この法を現観した後、（如来は）宣言し、教示し、告知し、設立し、開演し、解説し、この法を明らかにして言う：『見よ！比丘たちよ。無明を縁にして、行（が生起する）。』

比丘たちよ。これは真如性であり、不異如性であり、真実不異性であり、縁起性である。

比丘たちよ。これを縁起と言う。

比丘たちよ。縁起法とは何であるか？

比丘たちよ。老死は無常であり、有為であり、縁生であり、尽法であり、衰滅法であり、離貪法であり、滅尽法である；

比丘たちよ。生は無常であり、有為であり、縁生であり、尽法であり、衰滅法であり、離貪法であり、滅尽法である；

比丘たちよ。有は無常であり、有為であり、縁生であり、尽法であり、衰滅法であり、離貪法であり、滅尽法である；

比丘たちよ。取・・・愛・・・受・・・触・・・六処・・・名色・・・識・・・行・・・

比丘たちよ。無明は無常であり、有為であり、縁生であり、尽法であり、衰滅法であり、離貪法であり、滅尽法である。比丘たちよ。これらは縁起法と言う。

比丘たちよ。聖弟子が正智でもて明晰に、如実にこの縁起及びこれらの縁起法を照見する時、彼は（この様に）過去を遡って（＋この様に考える）ことはできない：

『過去において私は存在したであろうか？

過去の私は何であったでろうか？

過去の私はどの様であったであろうか？

過去の私は、元々、何の後で、何になったのであろうか？』

また彼は以下の事を考える事もできない：

『私は未来において存在するであろうか？

私は未来において不存在であろか？

未来において、私は何であろうか？

未来において、私はどうなるあろうか？

未来において、何の後に、何になるであろうか？』

彼は現在に対して、以下の様に内的に惑うこともできない：

『私は存在するか？

私は存在しないか？

私は何であるか？

私はどの様であるか？

（私という）この有情はどこから来たのか？どこへ去るのか？』

なぜ（これらが不可能なの）であるか？

比丘たちよ。というのも、聖弟子はすでに、正智でもって明晰に、如実に、縁起と縁起法を観照したが故に。 」

もし、縁起を了知しないのであれば、真正なる沙門または阿羅漢になることはできない。「沙門」（samaṇa）の意味はすなわち、煩悩を止息した聖者である。「阿羅漢」

（brahmaṇa）の意味は二種類ある、すなわち、生婆羅門（jāti-brāhumaṇa ママ）と、清浄婆羅門（visuddhi-brāhumaṇa）である。生婆羅門は、婆羅門の家に生まれたが故に、婆羅門となり；清浄婆羅門は、煩悩を滅尽し、心において清浄を得て婆羅門になった者である。阿羅漢を清浄阿羅漢と呼ぶのは、彼らはすでに、阿羅漢道智でもって、煩悩を徹底的に、無余に断じ除いているが故である。

《因縁相応・沙門婆羅門經》（Nidāna Saṁyutta、Samaṇa-Brāhumaṇa Sutta）の中において語られているのは、まさに清浄婆羅門の事である。その經文は以下の通り：

「比丘たちよ。　ある種の沙門または婆羅門は、老死、老死の因、老死の滅、老死の滅に到る道を了知しておらず、生・・・有・・・取・・・愛・・・受・・・触・・・六処・・・名色・・・識を了知しておらず、行の因、行の滅、行の滅に到る道を了知していない。

私はかれらを沙門の中の沙門または婆羅門の中の婆羅門とは認めない。

これらの尊者たちは、己自身自ら証悟する所の智慧でもって（縁起を）了知することが出来ないが故に、今生において、沙門の目標または婆羅門の目標を成就できないし、安住することもできない。

しかしながら、比丘たちよ。　ある種の沙門または婆羅門は、老死、老死の因、老死の滅、老死の滅に到る道を了知し、生・・・を了知し、行、行の因、行の滅、行の滅に到る道を了知している。私は彼らは沙門中の沙門または婆羅門中の婆羅門であると認める。これらの尊者は、己自身自らの智慧でもって（縁起を）了知し、今生において、沙門の目標または婆羅門の目標を成就し、安住することができる。」

上に述べた経文を証拠として、我々は、五比丘は《転法輪経》と《無我相經》を聞いた比丘は、必ずやすでに、正智でもって、如実に、縁起と縁起法を照見している事を知る事ができる。もし、縁起を了知しておらず、縁起支を無常・苦・無我として観照しないならば、彼らは、ソータパナ果と阿羅漢果を証得できるはずがない。こうしたことから、11 種類の五蘊（苦諦法）と縁起（集諦法）を観照することは、聖果を証得するに欠かす事のできないものである（＋ことが分かる。）

これは四聖諦を徹底的に見るための、涅槃を証悟する為の正道である。禅修行者は常に、完全なる智によって、徹底的解脱して、阿羅漢果を証悟するまで、この事を心に留め、如法に修行しなければならない。

Ⅴ．五比丘（Pañcavaggiyā）

ここにおいて、みなさんに《転法輪経》と《無我相經》の中において言及された所の五比丘を紹介したいと思う。彼らは、かつて、過去生において波羅蜜を累積した。

まず私は、憍陳如尊者の波羅蜜について述べたいと思う。

1 憍陳如尊者（Aññāsi Koṇḍañña Thera）

勝蓮華仏（Buddha Padumuttara）の時代、彼は一人の在家居士であったが、彼は、仏陀が、一人の比丘に対して、戒臘が最も高い長老であると、宣言したのを見て、彼は己自身もまた、未来仏の教化の時代において、同様の栄誉を得たいと思った。この願望を達成するために、彼は多くの誠実な善業を重ねたが、その中の一つは、仏陀の舎利を供養し、奉じるために、一座の金色の房舎を建てたことであり；また彼は、10 万年の内に、機会あるごとに、止禅と観禅の修行をした。《比喩經》（Apadāna）に基づくと、彼は勝蓮仏が成仏（=仏陀になる事）した後、一番最初に仏陀に食べ物を供養した人物である。

彼は最後の一生において、カピラバットゥ付近のドーナバテゥで生まれた。非常に裕福な婆羅門の子として生まれた。彼は、ゴータマ仏より早く生まれ、人々は彼の族姓——憍陳如という名で呼んだ。彼は三部のウェーダに通じ、特に面相学に精通していた。

我々の菩薩がシッダタとして出生した時、彼は、太子の相を見るために宮殿に招かれた、八人の婆羅門の内の一人であった。彼はウェーダの中において、その方面では、若年の初心者であったが、しかし、彼は、唯一ただ一人、太子が仏陀になることの出来る婆羅門であると、宣言したのである。彼は太子の面相学の占いを終えた後、彼は四人の友人——跋提迦、衛跋、摩訶那摩、阿説示と共——出家したのである。それは太子が出家し、成道し、するのを待って、親しくし、法を学び、証悟するためであった。彼らは「五比丘」（Pañcavaggiyā）と呼ばれた。

菩薩シッダッタ太子が出家して間もなく、ウレベラーで苦行を行している時、その難度は、それまで誰も到達したことのにものであり、その時間は六年間の長きであった。

ある日、太子は、めまいで倒れてしまったが、一人の天神が彼の父親である浄飯王（King Suddhodana）に、太子はすでに死んでしまった、と伝えた。しかしながら、浄飯王は、阿私陀仙人の予言を信じていたために、天神の報告を信じることはなかった。

太子の母親は、兜率天に天子に生まれていたが、この時、太子の所へ行って励ました。

後に、太子は、極端な苦行は愚かな行為であることに気が付いて、それを放棄することにして、その後、通常の食事をする様になった。五比丘は、太子の様子に非常に失望し、彼から離れて、仙人墜処（Isipatana）に去った。

証悟の後、仏陀は、仙人墜処へ行って、五比丘に、《転法輪経》を開示をした。

この經を聞き終わった時、憍陳如と一億八千万人の梵天神はみな、初果ソータパナを証悟した。彼は、一番最初に仏法――四聖諦――を証悟した人である為、故に、仏陀は彼を讃嘆して言った：

「憍陳如はすでに理解した、憍陳如はすでに理解した。」

その後、憍陳如は「理解した憍陳如」（Aññāsi　Koṇḍāñña）と呼ばれる様になった。彼は最初に、比丘戒を受けた人間でもある。受戒の方式は、仏陀によって、以下の様に呼びかけられた：

「善来、比丘、法はすでに善く説かれた、苦から離れるために、梵行を堅持せよ。」

五日の後、彼は《無我相經》を聞いた後、阿羅漢果を証悟したのである。後に、祇園精舎（Jetavana）において、仏陀は、比丘たちの間において、彼が最初に法を見た第一の大弟子である、と宣言した；彼もまた年長（rattaññuū）第一の大弟子とも呼ばれた。

サンガの中において、憍陳如は、仏陀が転法輪をする時に、付き従っている二人の上席弟子（シャーリプトラとモッガラーナ）の後ろに座った。彼らは、仏陀に礼拝した後、憍陳如尊者にも礼拝した。この様であったんので、彼は仏陀の傍にいるのは、己自身にも、他人にもよくないと思った。また彼は、彼の外甥が、富楼那弥多羅尼子（Puṇṇa-Mantāniputta）が、仏教の中において出家して、将来、説法第一の大弟子になる事に気が付いた。彼は外甥に会いに行き、彼を剃髪得度した後、己自らら、仏陀に会いに行った。憍陳如本人は、仏陀の許可を得た後、六牙森林（Chaddanta　Forest）のマンダーキニー（Msndākinī）の岸辺で、12 年間住んだのである。

我々の菩薩が生まれた時、憍陳如は、すでに 35 歳であった；菩薩が成道するのを待って、彼は 70 歳になった；その後に森林に 12 年間住んだ時、森林の大象が、順番に彼に食べ物を供養し、かつ世話を焼いた。12 年後、あなた彼は戻ってきて、仏陀に礼拝した後、仏陀に別れを告げて、般涅槃の準備に入ったが、その時彼はすでに 82 歳であった。仏陀に別れを告げた後、彼は六牙森林に戻り、そこで般涅槃（最後の寂滅）した。聞くところによると、ヒマラヤ山のすべての衆生がみな、このことで涙を流したという。彼の火葬は、ナーガダッタ天神が率いる、8000 頭の大象によって、厳かに行われた。最もレベルの低い天神から、最高のレベルの梵天神まで、すべての神が、この葬

儀に参加し、一人ひとりの神はそれぞれ、檀香（＝白檀）の枝を捧げた。アヌルッダ尊者を先頭とする 500 人の比丘がその場にいた。火葬の後、舎利は、竹林精舎（Veḷuvana）に届けられて、仏陀に渡された。仏陀は自ら、自らその捨離を、地面から湧出した銀の塔の中に収めた。大論師覚音尊者（Venarable　Buddhagosa）は、あの銀塔は、彼の時代にまだ存在していた、と証言している。

《長老偈》の中において、憍陳如の述べた偈が幾首か、残っている（＋ｓがそれは）同修者に梵行を堅持する様に励ますものであって、というのも、一切の有為法はみな、無常・苦・無我であるが故に（＋憍陳如はその様に偈を残したのである。）

ここでいう、梵行（brahmacariya）とは「教梵行」（sāsana-brahmacariya）と「道梵行」（magga-brahmacariya）がある。「教梵行」とは、すなわち、戒・定・慧の三学である。「道梵行」とは、すなわち、四種類の聖道である。三学は禅修行者が各レベルの聖道を証得する為の支えとなる要素である。

ある時、憍陳如尊者は、帝釈天王（Sakka）の要求に従って、法話をした。帝釈天王は、聞法の後、己自身が非常に歓喜している事を表現した、というのも、その法話は、まるで仏陀自身が、述べたかの様に殊勝であったが故に。ヴァンギーサ尊者（Venerable Vaṅgīsa）は、一度、仏陀の面前で、憍陳如尊者の徳行を、偈の形式でもって、讃嘆したことがある。

彼は言う：

仏陀の後に続いて開悟した

精進の憍陳如尊者は、

安楽の住処を得た者である、

常に、閑静な処に、処する者である。

導師の教法を修行する者は、

証悟を体験することができる、

いつもつねに勧学であった彼は、

完全無余に証得した。

三明を具備する大威徳者は、

他人の心を了知することに精通する、

憍陳如は仏陀の真の子であり、

導師の足下において敬虔に礼拝する。

2　跋提迦尊者（Bhaddiya　Thera）

跋提迦は、カピラバットゥの婆羅門の家の子であって、我々の菩薩が生まれた時、跋提迦の父親が、菩薩の為に面相を占った八人の婆羅門の内の一人であった。当時、彼の父親はすでに老いていたので、出家して菩薩が成道するのを待つことが出来なかった。

阿私陀仙人（Asita　Kāladevila）が、シッダッタ太子は成仏するであろうと宣言した時、跋提迦と憍陳如を主とする四人の婆羅門が出家して、シッダッタ太子を待つこととなった。太子がウルベッラで六年の苦行を実践した時、跋提迦もまた太子の傍にいた。

その後、太子が普通の食事をすることを見て、太子に失望した為に、跋提迦は、その他の法友と一緒に、太子の傍を離れて、仙人堕処に行ったのである。

仏陀は成道後、仙人堕処において、彼らの為に《転法輪経》を開示した。跋提迦は、下弦の月の最初の日、すなわち、《転法輪経》の一日おいて、ソータパナ果を証悟して、人の社会において、二番目のソータパナになったのである。彼は《転法輪経》を聞いた五日後、《無我相經》を聞いた後に、その他の四人の比丘と共に、阿羅漢果を証得した。

3　衛跋尊者（Vappa　Thera）

衛跋の過去世は、勝蓮華仏の時代にはすでに、仏陀の最初の弟子の一人になるという発願をしていた。この目標を達成するために、彼は波羅蜜を積んだ、たとえば、布施、持戒、止観と観禅の修行などである。彼はかつて 16 回、国王になったが、名前をマハードゥンドゥビ（MahāDundubhi）と言った。

彼の最後の一生において、彼は五比丘の内の一人であった。彼の父親は、ワーセタ（Vāsetha）と言い、カプラバットゥの婆羅門であった。阿私陀仙人がシッダッタ太子が成道するであろうと宣言した時、衛跋と憍陳如を主とする四人の婆羅門は共に出家した。太子の六年の苦行時、衛跋もまた傍らにいて侍従した。その後、太子が苦行を放棄したため、失望して、太子の傍を離れて、仙人堕処に行った。仏陀は成道の後、彼らのために《転法輪経》を開示したが、開示後の二日目に衛跋はソータパナ果を証得した。

五日目、衛跋とその他の法友は、《無我相經》を聞いた後に、阿羅漢果証したのである。

4　摩訶那摩尊者（Mahānāma　Thera）

摩訶那摩尊者もまた、五比丘の内の一人である。彼は《転法輪経》を聞いた後の三日後、ソータパナ果を証悟し、五日後に《無我相經》を聞いて、阿羅漢果を証悟した。

ある時、彼は馬奇迦山達（Māchikāsaṇḍa）に来た。彼が托鉢しているのを、吉達居士が見かけて、彼の威儀と振る舞いに歓喜して、彼を己の家に招いて、飲食を供養すると

同時に、法話をしてくれる様に頼んだ。吉達居士は、摩訶那摩尊者が開示した法に対して、非常に喜悦し、己自身の一座の優雅な林園――安般達迦林（Ambāṭakavana）を、摩訶那摩尊者にお布施し、彼から、この林園をサンガに贈る様に頼み、また、吉達居士は、そこに大寺院を一座建立した。その後、吉達居士は摩訶那摩尊者の《六処細説》（Saḷāyatana-vibhatti）――内外六処を詳細に解説したもの――という開示を聞いた後、アナーガミ果（不還：二度と欲界に生まれることのない聖者）を証得した。

5　阿説示尊者（Assaji　Thera）

阿説示尊者は五比丘の中では、一番若い比丘である。仏陀が《転法輪経》を開示した時、彼は五比丘の中では、最後に法眼者を証得した（開示の後の四日目）。摩訶那摩と阿説示がいまだソータパナ果を証得していないその期間、仏陀は彼らに修行の仕方を教えなければならなかったが、その他の 3 人の比丘が外出して托鉢し、6 人の食事を整えた。阿説示そじは《無我相經》を聞いた後に、阿羅漢果を証得した。その後になって、阿説示の一席の話が、シャーリプトラとモッガラーナを開悟に導いたのである；

それは、ある日、阿説示尊者が王舎城で托鉢していた時、四方八方、不死の法を探していたシャーリプトラが彼を見て、彼の威儀と振る舞いに非常な歓喜を感じ、彼について歩き、彼が托鉢を終えるのを待って、シャーリプトラは、阿説示尊者に彼の指導者は誰か、またその教法は何に準じているのかを訊ねた。阿説示尊者はその時、返事をしたくなかった、というのも、彼は己自身が出家したばかりであったが故に。しかし、シャーリプトラは、彼の理解に基づいて、彼の知っている事柄だけでも、説明して欲しいと頼んだ。阿説示尊者の偈頌は、これより先広く知られる様になったが、それは、仏陀の教法の主旨であると認められたのである。彼は以下の様に述べた：

Ye dhammā hetuppabnavā Tesaṁ hetuṁ Tathāgato āha、Tesañca yo nirodho、Evaṁvādī Mahāsamaṇo.’

諸法従因生、如来説其因；彼亦従因滅、此大沙門説。

その意味はすなわち：「如来は苦諦法及びその因（集諦）を教導するが、また、二者（苦諦と集諦）の無余寂滅と寂滅に到る道を教える。仏陀大沙門は、これらの法を教導するのである」

シャーリプトラは聞くや否や理解して、ソータパナ果を証悟した。その後、急いで、己自身がすでに真理を見つけることができた喜びをモッガラーナに伝えた。シャーリプトラ尊者は、阿説示尊者を非常に尊敬した。聞く所によると、最初に出会ったあの日以来、彼が阿説示尊者がどこに住んでいるのかを耳にすれば、彼はその方向に向かって手

を合わせ、横になって眠る時も、頭をその方向に向けた。これはまさに聖者恩義の美徳である。

この比丘は、阿羅漢果を証得して、また四無礙解智も成就したことから、彼らは必ずや、過去において、過去仏の教化の時代に充分な波羅蜜を積んだであろうことが分かる。

もし、あなたが阿羅漢果を証得したいのであれば、四聖諦を徹底的に悟る為に、精勤なる修行を成し遂げた彼らに学ばなければならない。

願大家尽早徹悟四聖諦！

（みなさんが一日も早く、四聖諦を徹底的に悟ることを祈願して！）

Ⅵ. 皮帯（革ベルト、皮の首輪）束縛經（一）(Gaddulabaddha Sutta 1)

《皮帯束縛經》は、二部存在している。この二部とも、我々は研究したいと思う。

第一部の《皮帯束縛經》の經文は、以下の様に始まる：

ある時、世尊が舎衛城に留まっていた。その時、世尊は比丘たちに述べた：

「比丘たちよ。生死輪廻の源は知ることができない。生死輪廻の中において、何度となく流転する衆生の、その、無明によって覆われ、愛欲によって束縛される起点は、知る事が難しい。」

業力は、唯一、無明(avijjā)と愛欲（taṇhā）の支えの下、初めて結果を生じる；

もし、無明と愛欲がないならば、業力は、何等の果報も生じることができない。

故に、仏陀はこの經の中において、生死輪廻（saṁsāra）の主因は、無明と愛欲であると、教導して言う。

「無明」は、真実に男性、女性などが存在していると、誤って認識しることである。仏陀の教えに基づけば、究極名色法（精神と物質）だけが存在しており、真実の弾性、女性などは存在しないのである。もし、人が以下の様に思ったとする：

「この人は男性、女性、男児、女児・・・」この種の錯覚は、無明である。

もし、系統的に四界分別観を修行するならば、名前を色聚と呼ぶ所の微粒子を見ることができる。この種の色聚の微粒子を分析した後、合計 28 種類の色法（rūpa）を照見することができる。またこの他に、色法（物質現象）に依存して生起する所の名法（精神現象）も存在している。こうしたことから、究極諦（勝義諦）に基づいて言えば、ただ名色法のみが存在しているのである。恒常なる弾性、女性、男児、女児などは存在しておら、故に男性が、女性が、真実に存在していると思う事は、すなわち無明である。

無明の故に、これらの対象に執着する所の愛欲は、無明に依存して生起するのだと言える。無明と愛欲の支援の下、熟した業力は、善または悪の果報を、結成することができる。これが、なぜ仏陀が、当該の經の中において、以下の様にいうのか、という理由である：

「生死輪廻の中において、幾度となく流転する衆生は、無明に覆われ、愛欲に覆われて束縛される起点を知るのが難しい」

仏陀は続けて開示して言う：

「比丘たちよ。茫洋たる大海には、涸れあがる時があり、水が一滴も存在しない時があるが、しかし、私は言うが、無明に覆われ、愛欲に束縛されて生死輪廻の中にいて、幾度となく流転する衆生、彼らの痛苦は尽きる時がない。」

仏教の道理に基づけば、世界は最後には、火、水、または風によって壊滅させられる、という。仏陀は、当該の經の中において、世界が火によって壊滅する状況を描写している。その時、益々多くの太陽が出現する。通常、四悪道の衆生は、死亡すると、人間界または欲界天に生まれ変わる。天空に五個の太陽が出現する時、茫洋たる大海は、涸れあがり、一滴の水もなくなってしまう。その時、通常は、欲界の衆生は死亡してしまう；

彼らは死亡する前に修行の精進して、ジャーナに到達する。ジャーナに依存するが故に、彼らは梵天界に生まれ変わる。こうしたことから、仏陀は開示して、その時になってもなお、生死輪廻が終わることはない（＋と言う）——

「しかし、私は言う。無明に覆われ、愛欲に束縛されて、幾度となく生死輪廻の中において流転する衆生、彼らの痛苦は、尽きる時がない」。

六個目の太陽が出現する時、山々の王――須弥山――もまた焼け、崩壊して、微塵も存在しなくなってしまう。その時、無明と愛欲を基礎として、ジャーナの業力は、衆生をして、梵天界に生まれせしめ、もう一つ別の生命の流転が始まる。故に、仏陀は以下の様に開示して言うする：

「しかし、私は言う。無明に覆われ、愛欲に束縛されて、幾度となく生死輪廻の中において流転する衆生、彼らの痛苦は、尽きる時がない」。

その後、仏陀は開示して言う：

「比丘たちよ。広々とした大地は、焼かれ、破壊されて寸土も存在しなくなる。しかし、私は言う。無明に覆われ、愛欲に束縛されて、幾度となく生死輪廻の中において流転する衆生、彼らの痛苦は、尽きる時がない」。

七個目の太陽が出現する時、広々とした大地もまた焼かれ、崩壊して、寸土も存在しなくなってしまう。その時、無明と愛欲を基礎として、ジャーナの業力は、衆生をして、梵天界に生まれせしめ、もう一つ別の生命の流転が始まる。故に、仏陀は以下の様に開示して言う：

「しかし、私は言う。無明に覆われ、愛欲に束縛されて、幾度となく生死輪廻の中において流転する衆生、彼らの痛苦は、尽きる時がない」。

その後、仏陀は比喩でもって開示して言う：

「比丘たちよ。 ちょうど皮のベルト（＝首輪、以下同様）で束縛される犬が、硬い切り株または柱につながれる時、彼はただ、切り株の周りか、柱の周りをぐるぐると回るしか方法がない。同様に、比丘たちよ。法を聞いたことのない凡夫は、聖者に会ったことがなく、聖者の法（四聖諦）において、善くて巧みに調伏したことがない；善士に会ったことがなく、善士の法において、善くて巧みに調伏したことがない；彼は思う：

1、色は私である、または

2、私は色である、または

3、色は私の中にある、または

4、私は色の中にある。

彼は受は我であると思い・・・彼は想を我であると思い・・・彼は行を我であると思い・・・彼は識を我であると思い・・・または我には識があると思うかまたは、識が我の中にあると思うか、または我が識の中にあると思う。

彼は色から色へ、受から受へ、想から想へ、行から行へ、識から識へ、常に走り回って、流転する。彼が、その中において常に奔走し、流転する時、彼は色から離脱することができず、受から離脱することができず、想から離脱することができず、行から離脱することができず、識から離脱することができない。

私は言う。彼は、生、老、死から解脱することができず、愁、悲、苦、憂、悩から解脱することができず、痛苦から解脱することができない。」

ここにおいて、仏陀は 20 種類の薩迦耶見（sakkāyadiṭṭhi、身見）すなわち、ある個体（＝個人）が存在していると考える邪見を解説した。私は、この 20 種類の薩迦耶見について解説したいと思う。色蘊に関しては、四種類の薩迦耶見がある：

1、彼らは、色を、我であると認定する；色と我は同じである；我はすなわち色であり、色はすなわち我である。註釈では、比喩でもって、この事を以下の様に解説する；

蝋燭の光と蝋燭の火は同じものである；光とは火であり、火とは光である。

同様に、ある種の、我があると信じている人々は、我は色であり、色は我であると考える；色と我は同じであると思うのである。

2、我は色を有する；ここにおいて名（精神）は我であり、我は色とは異なる（＋と思う）。彼は、受蘊、想蘊、行蘊及び識蘊は我である、この四種類の名蘊が色法を有する、と思うのである。註釈では以下の様に比喩で以て説明する：

樹木と樹木の影は異なる；樹木は樹木、樹木の影は影；樹木は影を擁している。

同様に、我（名法）が樹木であり；色法は樹木の影の様である。

こうしたことから、我は我、色はまた別の事柄であり、我が色を擁するのである。

3、色が我の中に存在している；彼らは、名法が我であり、色法は名法の中にあると考える。註釈では、以下の様な比喩で説明する：

花には香があり、香は花の中に存在している。同様に、我（名法）は花の様にであり、色法は香の様である；色法が我の中において存在している。

4、我は色の中にある；彼らは名法を我であると考えて、この我は色法の中において存在するとする。註釈では以下の様な比喩で説明する：

箱の中にルビーがあるとして、ルビーは箱の中に存在する。

同様に、色法は箱の様であり、我（名法）はルビーの様である：

我は色法の中において存在する。

以上が四種類の比喩である：

（一）蝋燭の光と蝋燭の火、

（二）樹木と樹木の影、

（三）花と花の香、

（四）箱と宝石。

これは、《阿毘達摩蔵》の註釈である《殊勝義註》（Aṭṭhasālinī）の解説である。これらは色蘊に関する、四種類の薩迦耶見である。受蘊、想蘊、行蘊と識蘊もまた、それぞれ四種類の薩迦耶見があるが、その状況に関しては、類推する事。この様に、合計20種類の薩迦耶見がある。

当該の經の中と、第二部の《皮帯束縛經》の中において、仏陀は、如何にして、20種類の薩迦耶見を断じ除くのかを解説している、というのも、この12種類の薩迦耶見は一切の邪見の中においての基礎であるが故に。薩迦耶見に依存して初めて、種々の邪見、たとえば、無作用見（akiriyadiṭṭhi）、無因見（ahetukadiṭṭhi）、空無見（natthikadiṭṭhi）が生起する。

1、無作用見：善法と不善法が作用を生じる事を否定する。

2、無因見：果報の因を否定する。

3、空無見：因が果を生じることを否定する。

この三種類の邪見は業因と果報を否定するものである。当該の經の中において、仏陀は犬でもって以下の様に比喩を述べている：

「ちょうど皮のベルトでつながれた犬が、硬い木の切り株、または柱につながれているとする。彼は、木の根か柱の周りをぐるぐると回りつづけるしかないのである。」

皮のベルト（＝首輪、以下同様）で束縛されているその犬は、人によって縄でもって、硬い木の切り株か柱につながれていて、故に逃げることができない。同様に、もし、凡夫に、強力な無明、薩迦耶見と愛欲があれば、生死輪廻から逃れることができない。

というのも、この三種類の煩悩に、彼は束縛されているが故に。無明と薩迦耶見が彼の慧眼を覆い隠し、彼をして、如実に、究極法を見る事ができない。薩迦耶見は、ちょうど彼の首に巻きついた皮のベルト（＝首輪、以下同様）の様である；愛欲は縄の様であ

って、彼をして強固に切り株か、柱に縛り付けてている；五取蘊は、その強固な切り株か、柱の様である。無明と愛欲は、彼に善行か悪行を実践するよう促す；それらの行は業と呼ぶ。いまだ、無明と愛欲がありさえすれば、死亡の後、熟した業力は、次の一世の結生識を生じせしめる。結生識があれば、再び、老、病、死があり、愁、悲、苦、憂、悩もまた生じてくるのであり、こうしたことから、彼は生死輪廻から逃れることができないのである。

例を挙げて説明する：たとえば、ある人が、仏像に蝋燭の光を供養して、来世は比丘になりたいと発願したとする。 仏陀の教導した《阿毘達摩蔵》によると、実際には、真実なる比丘というのは存在せず、ただ名色法（精神と物質）が存在するだけである。

彼が、比丘の命に執着するのは取である。無明、愛、取に依存した事によって、彼は蝋燭の光を仏像に供養したが、これは一種の善業であり、行と業力が含まれる。この様に、五種類の因がある、すなわち、無明、愛、取、行及び業である。もし、彼が縁起を修行することができたならば、仏像に蝋燭の火を供養する時に、34 個の名法がある事を照見することができる。これらの名法は、生起するや否や即刻壊滅するため、恒常なる行法というのは存在しない。しかし、それらはある種の潜在的なエネルギーを残す。

そのエネルギーが熟した時、彼が以前、発願した通りに、比丘の五蘊の生命が生じるが、この種のエネルギーを業力と呼ぶ。こうしたことから、五種類の因が存在しさえすれば、生死輪は継続し続けるために、彼は痛苦から逃れることができないのである。

仏陀は続けて開示して言う：

「しかしながら、比丘たちよ。法を善く聞く聖弟子は聖者に会った時、聖者の法において、善くて巧みに伏する。彼は色は我であるとか、または我に色が有るとか、または色が我の中にあるとか、または我が色の中にあるなどと、認めることがない。彼は、受、想、行は我であると認めないし、識が我であるとか、または我に識があるとかあ、または識が我の中にあるとか、または我が識の中にあるとか（＋の考え）を認めない。

彼は、二度と再び、色から色へ、受から受へ、想から想へ、行から行へ、識から識へ、常に走り続けて、流転することがない。彼はもはや、その中で走り続け、流転することはなく、故に彼は色から脱離し、受から脱離し、想から脱離し、行から脱離し、識から脱離する。私は言う、彼は生、老、死から解脱し、愁、悲、苦、憂、悩から解脱し、痛苦から解脱する。」

どの様にすれば、痛苦から解脱することができるのか？　我々は、第二部《皮帯束縛經》の後段を研究しようと思う。仏陀は、その經の中において解説して言う：異なる業は、衆生に種々の違いを齎す、と。

Ⅶ. 皮帯（皮ベルト、皮の首輪）束縛經（二）(Gaddulabaddha Sutta 2)

　私はこの様に聞きました。ある時、世尊が舎衛城に留まっていた時の事。世尊は比丘たちに以下の様に話した：

「比丘たちよ。生死輪廻の源は察知することができない。生死輪廻の中において、幾度となく流転する衆生は、無明に覆われ、愛欲に束縛された起点は、知る事ができない。

比丘たちよ。ちょうど皮帯（＝皮の首輪）で束縛された犬が、硬い切り株または柱につながれて、彼が歩く時は、その切り株かまたは柱に沿って歩くしかない；立つ時も、彼はその切り株かまたは柱に沿って立つ；坐る時も、彼はその切り株かまたは柱に沿って座る；横になる時も、彼はその切り株または柱に沿って横になる（＋様に）。

同様に、比丘たちよ。いまだ法を聞いたことのない凡夫は、色を斯くの如くに思い成す：

『これは私のものである；これは私である；これは私の自我である（＝これは私の本来の自己である）。』

歩く時、彼はこの五取蘊に沿って歩き、立つ時、彼はこの五取蘊に沿って立ち、

坐る時、彼はこの五取蘊に沿って座り、横になる時、彼はこの五取蘊に沿って横になる。

故に、比丘たちよ。常に、己自身の心を以下の様に反省せしめなければならない：

『長い間、この心は、常に、貪、瞋、痴によって汚染されて来た。』と。

比丘たちよ。衆生は心の煩悩によって、汚染される；衆生は心の清浄を通して、浄化される。」

当該の經の中において、仏陀はまたこの様に、犬（＋の状況）を通して、法を聞いたことのない凡夫を比喩している：

「比丘たちよ。ちょうど皮帯（＝皮の首輪）で束縛された犬が、硬い切り株または端につながれている（＋様に）。」

その犬は、皮帯（＝皮の首輪）でもって、硬い切り株または柱につながれていて、逃げることができない。同様に、もし、法を聞いたことがない凡夫に、強力な身見（sakkāyadiṭṭhi、薩迦耶見：個体、身体があると思う邪見）と愛欲のある時、彼は生死輪廻から逃げることができない。なぜであるか？　というのも、彼は身見の皮帯によって束縛され、愛欲の縄によって、五取蘊の硬い柱に結わえつけられているが故に。

法を聞いたことのない凡夫が、五蘊を「これは私の私である（＝これは本来の自己である）」と見做す時、これは我に執着しているのだと言える；彼が五蘊を「これは私のものである」と見做す時、これは愛欲の執である；彼が五蘊を「これは私である」と見做す時、これは傲慢の執である。無明は、通常、この三種類の執着と同時に生起する。

無明と身見が彼の慧眼を覆い隠し、彼をして如実に諸法を照見できない様にする。

身見は、彼の首に巻きついた皮の首輪の様であり；愛欲は縄の様であり、彼を五取蘊の柱に縛り付ける。身見、愛欲と驕慢という、これらの煩悩の影響の下、彼は善業と悪業を造（ナ）す。これら、煩悩を根源とする、業力の潜在的な力は、臨終の後に、次の一世の生命を生じせしめる事ができる。新しい生命が生じた後、老、病、死と愁、悲、憂、悩が、再び生じてくる故に、彼は死輪廻から解脱することができない。

故に、仏陀は言う：

「比丘たちよ。常に、己自身の心をして以下の様に反省しなければならない；

『長い間、この心は、常に、貪、瞋、痴の汚染を受けて来た』と。

比丘たちよ。衆生の心は、煩悩によって汚染される；衆生の心は、清浄を通して浄化される。」

仏陀は続けて開示して言う：

「比丘たちよ。あなた方は『行図』と呼ばれる図書を見たことがありますか？」

「見たことがあります、世尊。」

「比丘たちよ。『行図』と呼ばれる図書は、色々な内容がありますが、それもまた心いよって設計されたものです。そして、心自体は、『行図』と呼ばれる図書より更に内容が豊富です」

ここでいう「図書」とは「行脚図」の事を指す。サンカブラフミン（SaṅkhaBrahmin）はこの種の図を持って、四方に行脚し、彼らの教法を宣揚したため、この種の図を「行脚図」または「行図」と呼ぶのである。サンカブラフミンは、異教の婆羅門の一派であり、彼らは布の上に、善趣と悪趣の各種の図案を描いて、成功と失敗の説明をするのに用いたのである。彼らは図画を展示して人々に見せながら以下の様に説明する：

「もし、人がこの様な行為をするならば、この様な結果を得る；もし、あの様な行為をするならば、あの様な結果を得る。」

これらの図書は、非常に精緻であるがしかし、心はこれらの図書より尚精緻である、というのも、彼らは先にどの様なものを布の上に描き出すかを考えて後に初めて、考えに基づいて、それらの図画を描きだすからである。ある時には、彼らは、太陽よりもなお輝くルビーを描きたいと思うかもしれないが、しかし、それは想像することができるだけであって、実際には描きだすことは、できはできない。このことから、心は、布の上に描かれた図よりも尚、多様であることあ分かる。

故に、仏陀は言う：

「『行図』と呼ばれる図画の、その多様性は、心によって設計されたものである。そして、心はその『行図』と呼ばれる図画よりなお、多様である。」

「故に、比丘たちよ。常に、以下の様に己自身の心をして反省せしめなければならない：

『長い間、この心は、常に貪、瞋、痴によって汚染されてきた』

比丘たちよ。衆生は、心の煩悩によって、汚染される；衆生は、心の清浄を通して、浄化される。比丘たちよ。私は曾て、その他の衆生界が、畜生界ほど多様化しているのを見たことがない。たとえ、畜生界のあれらの衆生もまた、彼ら自身を多様化せしめたのであるが；しかしながら、心は。畜生界の。あれら衆生に比べても、なお多様化しているのである。」

（＋上記の）要点は、以下の通りである。 畜生界の衆生の多様化は、彼らが、畜生に生まれ変わることになった原因である過去の業の多様化を反映している。そして、業の多様化とは、愛欲（taṇhā）心所の多様化が根源である。

鶉、鷓鴣（シャコ＝雉）などの畜生は、過去世において種々の業を造（ナ）した時、以下の様に思ったわけではない：「我々は、この様に多様化しよう」と。しかし、過去のある種の悪業の業力が熟した時、彼らは相見合う鶉、鷓鴣等の物種（yoni）の中に生まれる事となった。彼らの外見と形態、生活方式などの違いは、みな物種からきている。

ある一つの物種に生まれ変わる衆生は、当該の物種に相見合って、それぞれ多様化して、違いが生じる。こうしたことから、違いは、物痰の中において形成され、物種は過去の業を映し出す、と言える。

たとえば、もしあなたが、過去において、人間に生まれる善業を累積したならば、その善業の業力が熟する時、あなたは相見合う所の人類という物種の中に生まれ、かつ、その物種によって五取蘊が生じる。これが、父母と子女の間に、通常、相似合う所がある、という理由である。

同様に、もし、あなたが過去世において、鶉になる様な悪業を累積したならば、当該の悪業の業力が熟した時、あなたは相見合う所の、鶉の物種お中に生まれ変わる様に促され、当該の物種によって五取蘊が生じる。こうしたことから、（+存在の差異）違いは、物種の中において形成され、物種は、過去の業を反映している、のだと言える。

あなたが過去世において善業を累積し、もし、未来世において、感官の楽しさを享受したいと強烈に欲するならば、その業力が、今世の果報を生じる時、あなたは感官の楽しさを享受したいという強烈な欲望の下、貪欲的な性格を持った人間になる。同様の因果関係は、瞋恨の性格の人、愚痴（＝愚かで無知）な性格の人、驕慢な性格の人、嫉妬深い性格の人などに応用することができる。

あなたが過去世において、善業を累積する時、たとえば、仏、法、僧（＝サンガ）の三宝、業果の法則等に対して、強固な信心（=確信）のある時、その業力が今世の果報を生じる時、あなたには信心（=確信）が充満し、信心（=確信）の性格を持つ人間になるのである。

あなたが過去世において、善業を累積する時、もし、その善業に強力で力のある慈愛が伴う時、または慈心ジャーナに取り巻かれる時、その業力は、今世において果報を生じる時、あなたは慈愛に満ちた、仁慈の性格を持つ人間になるのである。

あなたが過去世において、善業を累積する時、もし、その善業が強くて力のある智慧（たとえば、観智）によって取り巻かれている時、その業力が今世において果報を生じる時、あなたは利根の、智慧のある性格の人間になる。

また、もし、行捨智（saṅkhārūpekkhañāṇa）の様な、強い観智の業力が、今世の果報を生じたならば、あなたは涅槃を証悟するための強くて力のある、鋭敏な智慧を具備する（＋人間になる）。そして、止禅と観禅を修習するならば、あなたは快速に四聖諦を徹底的に悟ることができる。この様に原因で、仏陀は以下の様に開示して言う：

「故に、比丘たちよ。常に以下の様に己自身の心を反省せしめなければならない：

『長い間、この心は、常に、貪、瞋、愚によって汚染され続けてきた。』

比丘たちよ。衆生は煩悩によって心を汚染する；衆生は心の清浄を通して浄化される。」

《中部》(Majjhima　Nīkāya)の中において、《小業分別經》(Cūḷakammavibhaṅga)という名の經がある。私は、この經に基づいて、業と果に関しての説明をしてみたいと思う。

ある時、世尊は舎衛城のジェータ林給孤独園に留まっていた。その時婆羅門の学生である須婆都提子が世尊に会いに来て、世尊と相互に挨拶を交わした。相互に挨拶を交わした後、彼は傍に坐って、世尊に、業と果の多様化に関する 14 の質問をした。

なぜ、彼はこれらの問題を尋ねたのか？　《中部》の註釈によると、彼の父親都提婆羅門（Brahmin　Yodeyya）は、憍薩摩羅国王の国師であった。都提が在世の時、極めて吝嗇であった為に、死後、己自身の家の犬に生まれ変わった。仏陀は、この事を須婆に教え、また、その犬に前世人間であった時に、埋めた財宝を掘り上げさせて、それでもって、この犬が須婆の父親が生まれ変わったのであると、証明した。この件で、須婆は仏陀に対する信心（=確信）を起し、彼は仏陀に会いに行きたいと思い、また業報の作用について、教えを乞いたいと思った。彼の提出した 14 の問題に関して、しっかりと聞いて頂きたい；

「大師ゴータマ、何の因と縁で、人類には、高い、低いというレベルの差があるのですか？　人類は：

（一）短命と（二）長寿；（三）多病と（四）健康；（五）醜悪と（六）美しい

（七）影響力のない人と（八）影響力のある人；（九）貧乏と（十）富裕；

（11）出身が低いと（12）出身が高貴；（13）智慧が暗愚と（14）智慧が高い

がある。大師ゴータマ、人類にこの様な高下があるのは、何が原因なのでしょうか？」

仏陀はまず簡単な方式でもって回答した：

「学生よ、衆生は彼ら自身が造（ナ）した所の業の所有者であり、業の継承者である；彼らは業を源として、業に結縛され、業に依存する。これによって、業が衆生に高下を齎す。」

その時、須婆は以下の様に言って、仏陀に詳細に説明してくれる様に頼んだ：

「大師ゴータマが簡潔に説明して、いまだ詳細には話されていないこの話に関して、私はその詳細な含意を知りません。もし、大師ゴータマが私のために説法をして、私に大師ゴータマの詳細な含意が分かるようにして頂けるならば、私は非常に嬉しく思います。」

なぜ、仏陀は聞く者が、その話の含意を理解できない様な話し方で話したのか？

それは、婆羅門は通常非常に傲慢であって、彼らは一切の人間の中で、最も智慧があると思っているからである。もし、仏陀が最初から詳細に解答すると、彼らは、彼らは元々からすでに、仏陀の話す、これらの道理を知っていたのだ、と言うかも知れない。故に、仏陀は先に、簡単な回答をして、須婆が仏陀に、もっと詳しく話してほしいと頼んで初めて、この問題に逐一、回答したのである。仏陀の回答に解説を加える前、私は先に、業果の法則について検討してみたいと思う；こうすれば、我々をして、仏陀の回答に関して、更に深く理解することができる様になるが故に。業果の法則は、非常に奥深く、凡夫には明確に知れることはない。それは仏陀の教法の核心である。真正なる仏教徒になるためには、最も重要なことは、業果の法則を理解しし、深く信じることである；こうしたことから、我々は、業果の法則に関する説明に、密接な注意を払わねばならない。

仏陀の教導に随えば、一弾指の間に、数百万個意門心路過程が生・滅する。一つひとつの意門心路過程の中においては、七個の速行心（javana）が存在している。業とはすなわち、速行心刹那の内において形成される。速行心刹那の中の思を特に業と呼ぶ。しかし《発趣論》（Paṭṭhāna）の業縁の章では以下の様に言う：速行刹那の中の名法のエネルギー（業力）もまた業と言う、と。この事を覚えておいて頂きたい。

業は、四種類に分類することができる、すなわち、

現法受業（diṭṭhadhamma-vedaniya　kamma）、

次生受業（upapajja-vedaniya　kamma）、

後後受業（aparapariya-vedaniya　kamma）、

既有業（ahosi　kamma）である。

現法受業とは、今の生において果報が生じる業のことであり、

次生受業とは、次の生において果報が生じるであろう業のことであり、

後後受業とは、次の生のその後の未来生において果報が生じる業のとこであり、

既有業とは、「この種の業は形成されたものの、過去において果報は生じておらず、現在においても果報は生じておらず、未来においても果報が生じない、その様に業である。」

これらの業の中で、

（一）七個の速行心の中の、一番目の速行心の思は、善であろうが、悪であろが、みな「現法受業」と呼ぶ。欲界の衆生について言えば、一番目の速行心は、七個の速行心の内の最も弱いものであり、それは今の生で果報を結することはできない。もし、今の生で果報を生じないならば、それは既有業と呼ばれるが、その意味はすなわち、この種の業は形成されたものの、しかし、過去には果報が結成されることはなく、現在も果報が結成されることがなく、未来もまた果報を結成することがなく、ただ業の名称があるのみである。

（二）目標を達成した七番目の速行心の思を「次生受業」と言う。欲界で言えば、それは七個の速行心の中の内の、二番目に弱いものである。故に「目標の達成」とは、布施または殺生などの目的のことを言うのである。この思が適切な助縁を受け、また前の、あれら速行心の重複（āsevana 慣行）の支援を受けた時、次の一生に果報を結成する可能性が生じる。もし、次の一生で果報を生じないなあば、それは既有業と言い、すなわち、業はあるものの名称のみ存在する、ということになる。

（三）第一と第七番目の速行心の間には、五個の速行心の思があるが、それは皆「後後受業」である。それは潜在能力を有しており、次の一生の後の未来生において、果報を結成することができる、たとえば、因と縁の熟した時に、生まれ変わり（＋という現象を）齎し、結生識刹那の五蘊を形成するなど、である。それが、いまだ果報を結成していないならば、それらの、この種の潜在的能力は常に、名色相続流の中において潜在し続けて、どれほどの長きに亘って生死輪廻しても、それらは、般涅槃するまで、既有業になることはない。

一番目の速行心の思が、ネガティブな妨害を受けず、殊勝な助縁を得て効力を有する時、かつ、明確に、適切な優先業行が生起する時、それは今生において、果報を結成す

るが、これを「現法受業」と言う、というのも、その思が、上に述べた如くに効力を発する時、それは同一の速行刹那の中の相応する名法を援助することができるが故に。

それの、未来において展望する力量が弱いために、また、その他の速行心の重複（āsevana、慣行）の支援に欠けているために、その果報は小さく、又他の二種類の業の様には、未来世における機縁を期待することはできない。

それはただ、今世において単純な果報を結成することしかできず、未来における生まれ変わりを齎すことはない；

ちょうど、果実を結成することのできない花は、ただ単純に花である、ということと同じである。

相反して、別の、あの二種類の業は、それぞれ、次の一世や、更に遠い未来世においての生まれ変わりを齎すことができ、それらが結成する果報もまた大きいものである。

「もし、果報を結成することができないのであれば」：業は適切な因と縁の条件が聚合した時初めて、果報を結成する；もし、適切な因縁条件に欠けるならば、今世で果報を結成することはできない。布施を例に取ると、一番目の速行心の思が今世において果報を結成するためには、布施者には徳行がなければならず、受け取る側は、滅尽定から出たばかりの阿羅漢、またはアナーガミ聖者でなければならないし、布施さらた物は、正当な方法でもって取得されたものでなければならなず、布施者は、布施の前、布施の後ともに、堅固な願望と喜びの心がなければならないし、また彼は、業果の法則に対して、深い信心（=確信）を持っていなければならない。もし、これらの条件が不足するならば、一番目の速行心の思は、今世の果報として結成することは、できない。

更に明確に理解を進めるために、私は仏陀の時代に発生した一つの物語を語りたいと思う。富楼那（Puṇṇa）は、優多羅難陀母（Uttarā-Nandamātā）の父親である。彼は王舎城の貧乏人で、富豪の須摩那（Sumana）に雇われて、仕事をしていた。しかし、彼と彼の妻は、シャーリプトラ尊者に対して、非常に強い信心（=信頼）の心を持っていた。ある祭りの日、彼の主人は彼に休んでよいと言ったが、彼はやはり田畑に仕事に行った。というのも、彼は、余りに貧しくて、何かを楽しむ、という余裕が、一つもなかったからである。彼が田畑で仕事をしていると、シャーリプトラ尊者が歩いてきて、彼の田畑から余り遠くない所に座って、滅尽定に入った。富楼那はシャーリプトラ尊者を見て、非常に喜んだ。シャーリプトラ尊者が出定するのを待って、彼は尊者に、歯を磨くための、木の枝と水を、供養した。その後、シャーリプトラ尊者はそこを離れた。

その時、富楼那の妻は、夫の為に食事を届けようとして、シャールプトラ尊者に出会った。彼女は心の中で考えた：「私たちが、物があって布施ができる時には、それを受

け取ってくれる人がいない、ということがある；ある時は、受け取ってくれる人がいるのに、私たちが貧しいために、布施する物を、持っていないときがある；今日は幸運にも、この尊者が、受け取り人としていらっしゃるだけでなく、布施する物も持っている！」

こうして、彼女は喜んで、持っていた食物を、シャーリプトラ尊者に供養した。その後、彼女は家に戻って、もう一度食事を作り、夫の所へ持って行った。富楼那は、妻が食べ物をシャーリプトラ尊者に供養したのを聞いて、心の中で、非常に喜んだ。食事の後、彼は昼寝をした。昼寝から覚めて、彼は先ほど、己自身が耕していた田畑が、黄金に変っているのに気が付いた。彼はこの事を国王に報告し、国王は即刻車を出して、黄金を受け取ろうとした。しかしながら、国王の部下が、国王の為に黄金を取りに来たと宣言して、手でもって取ろうとすると、黄金はたちまち土に戻った。唯一、富楼那が取ると宣言した時にのみ、黄金を手に取ることができた。こうして、黄金はすべて富楼那のものとなった。国王は彼に名前を賜った――「多富長者」（Bahudhanaseṭṭhi）。彼は新しい家を一軒建てた；新しい家屋の落成式において、仏陀とサンガに大いに布施をした。仏陀が、随喜の謝辞を述べる時、富楼那と妻、及び娘の優多羅は、全員ソータパナ果を証得した。

この物語における、富楼那と妻は、みな有徳の人である；彼らの供養した物品は、みな正当な方法で取得したものである；彼らが供養する時、清浄で、汚染のない心があった；彼らは、業果の法則に対して、堅固な信心（=確信）があった；彼らは供養する前、供養する時と、供養した後、心は非常に愉快であった；最も重要な一つの要素は：受け取り人であるシャーリプトラ尊者は、滅尽定から出定したばかりの阿羅漢である、ということである。すべての必要条件が、みな、揃っていた為に、彼らの、あの時供養における意門心路過程の中の、一番目の速行心の思は、今の生において非常に大きな善報を結成せしめたのである。この種の業を「現法受業」（diṭṭhadhamma-vedaniya kamma）と言う。

この種の果報は、まるで人に信じてもらうに困難であるが、しかし、彼の七番目の速行心及びその他の五個の速行心の思が、未来世において結成するであろう果報と比べれば、この種の、現世における善報は、それほど大した事は無いのである。七番目の速行心の思が、熟する時を「後後受業」（aparapariya-vedniya kamma）と言う；それは来世の天界において殊勝で妙なる、善報を齎す。中間の五個の速行心の思は、更に遠い未来において、極めて殊勝で妙なる善報を齎すが、これは非常に長い時間、持続するものである。それは、彼があの布施をする前、する時、した後、非常に多くの善業を累積したのが原因である。もし、あなたが、一弾指の間に、数百万個の意門心路過程が生・

滅することを覚えているならば、そして、業とは、一つひとつの意門心路過程の中の、七つの速行心の中において形成されるのであるから、あなたはなぜ、彼があれほど多くの善業を累積したのかを、理解する事ができるであろ。

業のもう一つ別の四種類の分類方法は以下の通りである：

重業（garuka-khamma）、

慣習業（āciṇṇa-kmma）、

近業（āsanna-kmma）、

已作業（katattā-kamma）。

「重業」（garuka-kamma）は、非常に人に譴責される、非常に非常に不利な不善業、及び非常に強くてかつ利益のある善業の事を言う。重業は非常に強い業であり、必ずや次の生の結生を生じるものであって、他のどの様な業もそれを止めることができない。同時に幾つかの重業が熟する時、最も重い業が優先的に熟し、生まれ変わりを齎す。

不善なる重業は以下のものを含む：

1、母親殺し；

2、父親殺し；

3、阿羅漢を殺す；

4、悪意をもって、生きている仏陀の身体の血を流させる；

5、和合しているサンガを分裂させる；

6、断固として、因果を否定する決定的邪見（niyata-nicchia-diṭṭhi）を、臨終の時になっても捨てない。

上に述べたこれらの業の中で、前の五種類（すなわち、五逆罪）は、一度だけでも実行すれば、即刻重業になる；

六番目（の決定邪見）は、臨終の時まで堅持して、捨棄しない時、初めて重業となる。この種の邪見で、よく言及されるものに、以下の様な三種類がある：

1、無作用見（akiriyadiṭṭhi）：善業と不善業が作用を生じることを否定する。

2、無因見（ahetukadiṭṭhi）：果報に原因がある事を否定する。

3、空無見（natthikadiṭṭhi）：因が果報を生じることを否定する。

これらの決定邪見の業力は、かくの如くに重大であり、それらは人をして地獄において、一大劫またはそれよりも更に長く苦を受けさせしめることになる。この種の業力が消費し尽くされない限り、大劫の末期に世界が破壊されることになって、欲界の衆生がみな梵天界に生まれかわった時において、ちょうど地獄にいて、苦を受けているこれら、邪見の苦報の者は、依然として、地獄の苦から逃れることができない。その時、彼は、その他の悪道の衆生の様に、人間（+界）、または天界に生まれて、禅定の修行に精進することもなく、他方世界の地獄において、引き続き苦を受けるのである。

しかしながら、もし、人が、臨終の前に、この類の邪見を捨棄するならば、彼の邪見業は、重業とはならず、それほど重大な苦報を齎すこともない。シャーリプトラ尊者の外甥長爪梵志（Dīghanakha paribbājaka）は、一つの例である：彼は元々断見に執着していた；しかし仏陀と話合った後、断見を捨てた。これは、なぜ、彼が《長爪經》（Dīghanakha Sutta）を聞いた後に、ソータパナ果を得ることができたのか、という原因の一である。善の重業は、臨終の時にも定力が落ちない八定についてのものである。それらは広大業（mahaggata-kamma）である。しかしながら、若し、定力を臨終のときまで維持できないのであるならば、それらの八定は、重業であるとは言えない。

「慣習業」（āciṇṇa-kamma）は、常に、習慣的に、重複して成す業である。もし、臨終の時に慣習業と非慣習業が、みな熟せんとする時、慣習業が優先的に熟することになる；もし、幾つかの慣習業が熟せんとするならば、最も慣習的な業が、最も優先的に熟して、次の一世の生まれ変わりを齎す；その慣習が善であるか、不善であるかは、無関係である。如法居士（Dhammika）は一つの例である：彼は一生の内に持続的に布施をした。彼は臨終の時にこの種の善業が熟し、彼は諸々の天神がきらきら光る天界の馬車で迎えに来たのを見たのである。

「近業」（āsanna-kamma）は、臨終の時に、非常に明晰に思い出すことのできた、過去に造（ナ）した業または臨終の時に造（ナ）した業を言う。一人の人間が臨終のときに明晰に、過去のある一種の業を思いだす時、その業の業力は、彼の次の一世の生まれ変わりを齎す。波斯匿王の皇后末利迦（Queen Mallikā）は、この明らかな例である。彼女は敬虔な仏教徒ではあったが、彼女は臨終の時にその一生において造（ナ）した間違った行動を思い出して、その業によって、彼女は地獄に生まれ変わることになった。ただし、善業の縁によって、彼女が地獄において苦を受けたのは短時間であり、その後、天界に生まれ変わったのではあるが。

過去のおいて造（ナ）したが、しかし前の三種類に含まれない業を「已作業」（katattā-kamma）と言う。前の三種類の業が熟さない場合、「已作業」が次の一世の生まれ変わりを齎すことになる。

上に述べた四種類の業の中において、「重業」は最も優先的に熟するが、これが、なぜ重業と呼ばれるのかという、理由である。いままさに熟せんとする重業がない時、最も慣習的な業が優先的に熟する。もしまさに熟せんとする慣習業がない時、臨終の時に思い出した業――近業――が熟する。もし、（＋その時に）近業が熟さないならば、今よまたは過去世においてかつて造（ナ）した業（已作業）が熟する。

業のもう一つ別の四つの分類方法は：

令生業（janaka-kamma）、

支持業（upatthambhaka-kamma）、

妨害業（upapīḷaka-kamma）、

破壊業（upaghātaka―kamma）である。

「令生業」（janaka ママ）は、生まれ変わりを齎す業であり、次の一世の結生と、その一期の生命の中の果報名色蘊を齎す。それは、善でもあり得、不善でもあり得るが、ただ、唯一、臨終のときに熟した業のみを令生業と呼ぶことができる。

「支持業」（upatthambhaka ママ）自体は、生まれ変わりの果報を齎すことはできないが、しかし、その他の業が、生まれ変わりの果報を齎した後、それはすでに生起した所の苦報または楽報を強化し、かつそれを継続させることができる。たとえば、善の令生業がある衆生をして、人に生まれ変わらせる時、支持業はその寿命を延長することを助け、その健康乃豊富な衣食を保証する。

「妨害業」（upapīḷaka ママ）は、その他の業が生まれ変わりの果報を齎した後、すでに生起した苦報または善報を阻止するか、または障礙するものであり、それが継続しない様にする。それはその他の業の果報を切断するが、しかし、生まれ変わりの果報そのものではない。たとえば、ある衆生が、善の令生業によって人間に生まれ変わったとして、妨害業は、多くの病を齎し、その人間が善業による善報を享受するとを妨害する。

「破壊業」（upaghātaka-kamma ママ）自体は、善でもあり、不善でもあり得る。それは弱い業を中断させて、己自身の果報を結成する。ちょうど、一陣の敵対するエネルギーが、今まさに飛んでいる矢を止め、それを撃ち落とすことが出来る様に。たとえば、ある衆生が善なる令生業によって天神に生まれたとして、しかしある段階で破壊業が突

然熟し、彼をして突然死に至らしめ、四悪道の一つに生まれ変わらせしめる、などである。

もう一つの理解の仕方は、以下のとおりである：

ある種の業が造作された後、生まれ変わる時、または一期の生命の内において、その業の結果、名色法（精神と物質）が生じる。この業は「令生業」と呼ばれる。ある種の業が造作された後、それが抑制または干渉の要素及び強化の要素を激発して、その他の業によって結成された苦報または楽報を支援するか、または延長する時、その種の業は「支持業」と呼ばれる。

ある種の業が造作された後、令生業によって結成された苦報または楽報が、それによって病気または四大の不調という方式でもって阻害される時、その種の業は「妨害業」と呼ばれる。

ある種の業が造作された後、その他の種類の業の果報が、令生業の効力が原因で、元々は更に長く持続できたところ、しかし、この種の業によって破壊、切断及びこれに取って代られる時、この種の業は「破壊業」と呼ばれる。

我々は提婆達多（Devadatta）の例でもって、この四種類の業の説明する：

彼には善の令生業があって、皇族として生まれることができた。令生業と支持業の縁によって、彼は引き続き幸福な生活を送ることができた。しかし、彼が悪行を造（ナ）して、僧団（=サンガ）から隔絶した時、妨害業が、即刻効力を生じし始め、彼は人々から軽視される様になった。彼がサンガの分裂を引き起した重業は、すなわち、破壊業であり、彼をして、阿鼻地獄へと生まれ変わらせたのである。唯一、仏陀の業果智だけが、上に述べた 12 種類の業のその業果の継続的、相続的な、実質的本質を、明確に、照見することができる；その種の智慧は弟子たちも擁していない。しかしながら、観禅を修習する人々は、部分的に業果が継続、相続する状況を了知することができるものである。

心の中において、この種の業果法則の知識を持った後、我々は仏陀が如何にして、逐一、婆羅門の学生須婆に、14 個の問題に答えたのかを見ようと思う。

Ⅷ. 問答

仏陀は言う：「では、学生よ。私が話す事に対して、心を集中して、かつ、しっかりと、注意して聞きなさい。」

回答一

「ここにおいて、学生よ。男性または女性が衆生を殺害し、性情が凶暴で、両の手は血まみれで、殴打や暴力に従事し、衆生に対して残酷である（＋とする）。この様に行為を履行し、かつ従事するが故に、身体が壊れ、命が尽きるとき、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊れ、命が尽きるときに、苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わらないで、人間として生まれたならば、その時、どこに生まれたとしても、彼は短命になる。

学生よ。これが短命を引き起す道であり、すなわち、衆生を殺し、性情が凶暴で、両の手が血塗られていて、殴打と暴力に従事し、衆生に残酷（＋な者の行く道である）。」

人間に生まれ変わるのは、善の果報であり、四悪趣に生まれ変わるのは悪業の果報である。もし、殺生の業が、直接に、生まれ変わりの方式を決定するならば、それは四悪道の内の一に、生まれ変わることを、生じせしめる。しかし、善業が熟して、人間として生まれ変わったならば、その殺生の業は、生まれ変わりの為の業と相反する作用を齎して、種々の災難を引き起すが、最も重い時は、早期の死亡を齎すことがある。

また、善業が彼を人間に生まれ変わらせたとしても、しかし、殺業が原因で、その善業は彼を長寿にすることができず、ために、彼は短命になってしまう。同様の原則でもって、以下において言及する所の、不善業が人界（＝人間界）において熟する例にも適用される：一つひとつの例において、不善業は、それ自体の特徴と相付合する所の、災難を引き起すことによって、人界に生まれ変わることのできた善業を、妨害するのである（＋ことが語られる）。

私は、モッガラーナ尊者の物語を語りたいと思う：彼は、ある一生において、かつて妻の扇動によって、己自身の父母を殺害することを計画した。彼の父母は両目を失明していた。彼の妻は彼らの世話をするのが嫌で、故に、彼らに関する、多くの偽の物語をねつ造した。妻による、それらの誣告によって、彼は父母を殺そうと思った。ある日、彼は父母を連れて牛車に乗り、森林を通って、もう一つ別の村に行こうとした。森林まで来て、彼はある場所で止まった。彼は強盗を装って、父母を強く殴打したが、しかし、

父母は死ぬことはなかった。その事件の中において、彼はどれほどの不善業を累積したであろうか？　多くの、まさに多くの不善業であった。もし、彼が、父母を五分間殴打したのであれば、彼は、万億と数える不善業を造（ナ）したのである。彼の動機は、彼らを殺害したかったのであり、それは大きな罪であり、極めて悪い不善業である。

しかし、事情を知らない父母が、慈悲の心を彼の名を呼んで、彼らに構わず、彼に逃げる様に言ったため、彼は父母の愛情に深く感動して、残酷な行為を途中で止めたのである。彼の心内には悔恨が満ちた。ここにおいて、彼が父母を殴打する以前、どの様にして彼らを殺そうかと考えた時、すでに多くの不善なる念頭（＝考え）を累積している；殴打の後、己自身の親不孝の悪行を思い出す度に、心内には、悔恨と悲しさが充満するが、これらは不善法である。これらの悪業が熟した時、それは極めて厳重な悪報を齎すのである。

彼のあの一世において身体が壊滅し、命終わる時、七番目の速行心の不善思が、彼をして地獄に生まれ変わらしめ、彼は、激烈な痛苦に遭遇した。二番目から五番目の速行心の不善思は、更に後の世において、地獄に生まれる原因になった。この様にして、彼は地獄において、極めて痛苦な時間を、数百万年も数えることとなった。またべつの方面では、彼はゴータマ仏の二番目の上席弟子となる波羅蜜（pāramī）を累積した；最上見仏（Buddha　Anomadassī）の時代から数え始めて、彼はこの様に波羅蜜を累積するのに、一阿僧祇と十万大劫の長きであった。これら波羅蜜は、善業である。一つひとつの善業によって、人界に生まれ変わった後、過去世において父母を殺害しようと計画した悪業は、種々の災害となって表面化し、彼の早期の死亡を齎したのである。あの悪業によって、200 世以上の（+生命の内に）、頭蓋骨を打ち砕かれて死亡している。

彼の波羅蜜が熟して、我々の仏陀の、二番目の上席弟子になれたこの一世において、彼は一人の阿羅漢であったにも関わらず、彼は依然として、あの悪業に縁でもって、頭がい骨を打ち砕かれて後、般涅槃したのである。あの業とは破壊業であった。彼が阿羅漢果を証得した時、彼の心は煩悩を断じ除いた為に清浄であったが、しかし、過去世の悪業の果報を免ずることができず、苦を受けた。故に仏陀は言う：

「故に、比丘たちよ。常に、己自身の心をこの様に反省しなければならない：

『長い間、この心は、常に貪、瞋、痴によって汚染されてきた。』

比丘たちよ。衆生は心の煩悩によって汚染される；衆生は心の清浄を通して浄化される。」

次に、仏陀の二番目の回答を聞いて頂きたい。

回答二

「しかしながら、学生よ。ここに男性または女性がいて、殺生を捨棄し、殺生を禁絶し、こん棒または武器を放擲し、心は温和で仁慈であり、一種類の衆生において慈悲に安住する。この様な行為の履行と従事によって、身体が壊滅して命終わる時、善趣乃至天界に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命終わる時、もし、彼が天界に生まれなくても、人間に生まれ変わる、その時、彼がどこに生まれようとも、彼は長寿である。

学生よ。これが長寿に導く道であり、それはすなわち、殺生を捨棄し、殺生を禁絶し、こん棒と武器を放擲し、心が温和で仁慈であり、一切の衆生において慈悲に安住するのである。」

この様な状況の下、不殺生の善業は、直接、天界に生まれ変わるか、または人界に生まれ変わっても長寿でいられる様になる。また、もし、一人の人が、不殺生以外に、その他の善業、たとえば、布施、止観または観禅の修行などを累積するならば、不殺生の戒行の基礎の上に、その他の善業は更に殊勝になり、かつ、直接、人界における長寿の果報を齎すことができる。同様の法則は、以下のすべての、善業の熟成に関する経文に適用される。この善業に関して、摩訶迦葉尊者、阿難尊者と、両家尊者（Ven. Bākula）は、みな、典型的な例である。摩訶迦葉尊者と阿難尊者は、みな 120 歳まで生きて般涅槃した。両家尊者は 160 歳まで生きて、ようやく般涅槃したのである。

もう一つ別の例は、持五戒尊者である（Ven. Pañcasīla Samādāniya）：彼は勝蓮華仏の時代に五戒を保持して、10 万年の長きに亘って、まったく違反しなかった。

我々のゴータマ仏の時代、彼は阿羅漢果を証得する時、同時に四無礙解智も証得した。

故に、我々は以下の事を理解する事ができる：勝蓮華仏の時代から以降、彼は過去仏の教化の時代に、止禅と観禅を修行して、必ずや、行捨智（saṅkhārarūpekkhañāṇa）の段階まで、到達しておかねばならない。彼は戒を重視していたが、、持戒をのみしていたのではなく、強くて力のある禅定と観智を育成したのである。これが、彼が戒行清浄を瑕疵なく保持できた理由である。臨終の時、彼は己自身の清浄なる戒行を思惟して、心中は、愉悦と歓喜で一杯になった。死後、天界に生まれ変わったが、善業の果報によって、彼は一個の天界から、また別の天界へと移って行ったり、天界から人界へ、人界から天界へと移って行ったり、この様に輾転として、生まれ変わった。

毎回の一世において、彼は良好な性格を具し、楽しい生活を享受し、また高くて深い学識を具備した。　毎回の一世において、彼はこの三項目において、一般の人々より優れていたのである。現代の人々は、みなこの三項目の成果を得たいと願っている。強く

て力のある禅定と観智の支援の下、戒行は、この三項目の成果を齎すことができる。故に、みなは、仏陀の教法の中において、この戒・定・慧の三学を学ぶことに、奮闘し精進しなければならない。持五戒尊者は、我々の仏陀の教法の中において、阿羅漢果と四無礙解智を証得したが、これは清浄なる心は衆生を清浄にすることができるということを顕しているのである。

引き続き、第三の回答を聞いて下さい：

回答三

「ここにおいて、学生よ。男性と女性がいて、手、土くれ、こん棒または刃物で衆生を傷害するとする。この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅し、命終える時、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命終わる時に、彼が苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わらず、人間に生まれ変わったのであるならば、彼はどこに生まれようとも、病多い（＋者になる）。

学生よ。これが多病に到る道である、すなわち、手、土くれ、こん棒または刃物で、衆生を傷害する（＋ことが、病多い道である）。」

私は一個の例を挙げて、不善業はどの様にして果報を生じるかを説明する：我々の仏陀の時代、ある満月の夜、シャーリプトラ尊者が、山の上で座っていて、ある種の定境に入った。彼はその日、頭を剃ったばかりで、彼の頭は月光の下で、燦々と輝いた。

難陀夜叉（Nanda）は、瞋心の故に、げんこつでもってシャーリプトラ尊者の頭をきつく殴った。難陀夜叉の力は非常に強く、一拳でもって一山を打ち壊すことができた。

ただ、当該の定境の保護の下、その時、シャーリプトラ尊者は、少しの触覚を感じただけであった。この不善業のために、難陀夜叉は、そこを離れて間もなく死亡して、地獄に生まれ変わった。これは、仏陀が衆生が己自身の内心の煩悩によって汚染されている、と説明する理由である；難陀夜叉は、シャーリプトラ尊者を傷つけたいと思う、瞋心を押さえきれず、その為に地獄へ落ちることになった。もし、この種の悪報を避けたいのであれば、みなは、己自身の心を抑制克己し、どの様な不善業も造（ナ）してはならないのである。

もう一つ、別の例は、プーティガッタ　Thera である。迦葉仏（Buddha　Kassapa）の時代、彼は猟師、鳥を獲る人間であった。　彼は多くの鳥を捉まえた。彼は多くの鳥を宮廷に届け、残りのものの多くを売り払った。売れ残った鳥は、それらが逃げるのを恐れて、彼はそれらの翼と足を折って、それらが飛んで逃げたり、走りさることが出来

ない様にした。彼が、この様な残酷な業を、幾千年という時間、従事していたため、身体が壊滅して命が終わる時、彼は地獄悪趣に生まれ変わり、幾百万年の長きに亘って、種々の痛苦に苦しんだ。その後、彼は釈葉仏の時代に造（ナ）した善業によって、我々の仏陀の時代に、人として生まれた。彼は一人の比丘に、種々の資具を供養した；

しかし、この業の力は、過去において、衆生を傷害し、惨殺した業によってもたらされた多病と短命の果報を、抑制することはできなかった。その後、彼は出家して比丘となった。

　ある日、彼は病を得て、全身に膿瘡が生じ、その上、その膿瘡は、日増しに大きくなって行き、全身の傷口は、みな膿と血が流れた。こうして、彼の身体は汚れて、ひどい状態であって、悪臭が紛々とした。同朋の比丘は、彼を世話しきれず、彼を放ったままにした。仏陀はこの事を知って、己自らお湯でもって、彼の身体を拭いてあげ、彼のために袈裟を洗ってあげた。仏陀の慈悲の伴った看護に対して、プーティガッタは、心の底から、感謝し喜悦し、彼の心は、益々平静になった。仏陀は彼のために、簡単な開示をした。開示を聞いている最中、彼は行法の無常・苦・無我の本質を観照することができる様になった。開示が終わると、彼は阿羅漢果を証得し、諸々の漏を解脱した。

このことから、仏陀は、諸々の比丘たちに、何度も以下の様に言った：

「故に、比丘たちよ。常に、己自身の心を以下の様に反省するべきである：

『長きに亘って、この心は、常に、貪、瞋、痴によって汚染されてきた。』

比丘たちよ。衆生は、心によって煩悩に汚染される；衆生は、心の清浄を通して、浄化される。」

続けて、四番目の答えを聞いて頂きたい：

回答四

「しかしながら、学生よ。男性または女性が、手、土くれ、こん棒または刃物でもって衆生を傷つけない時、この種の行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅して、命尽きた後、彼は楽趣、ないし天界に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、彼が天界に生まれ変わらず、人間に生まれ変わったならば、どこに生まれ様とも、彼はいつも健康である。

学生よ。これが、健康に到る道である、すなわち、手、土くれ、こん棒または刃物でもって衆生を傷害しない（＋のが健康への道である）。」

この様な状況の下、衆生を傷害しないという善業は、直接、天界に生まれ変わる、または人界に生まれて、健康でいられる、という状況を生じせしめる。また、この人が、その他の善業、たとえば、布施、止禅と観禅の修行等を造（ナ）しているならば、これらの善業もまた、当該の、衆生を傷害しないという清浄なる戒行によって、天界に生まれ変わるか、または人界に生まれて健康でいられるという果報を生じることができる。故に、仏陀は以下の様に言う：

’Ijjhati bhikkhave sīlavato cetopanidhi visuddhatta’——

「戒行が良好な者の願望は、その清浄なる戒行によって、円満に達成することができる。」

両家尊者（Ven. Bākula）は、この一つの良い例である：一阿僧祇と十万大劫の前、最上見仏（Buddha Anomadassī）がいまだ世間に出現していない頃、彼は一人の博学な婆羅門であった。後に、彼は出家して隠士になり、来世の安楽を願った。彼は、森林の中に住んで、禅定の修行をし、八種類の禅定と、五種類の世間的神通を成就した。彼は貴重な時間を禅定の楽しみを楽しむために使った。最上見仏が世間に出現した後、ある時、彼は仏の説法を聞く機縁を得、結果三宝に帰依し、仏教徒になった。仏陀が胃が痛んだ時、彼は薬品を供養して、仏陀の病を治した。この種の善業は非常に殊勝であり、円満なる果報を生じることができる。まさに仏陀が《中部・布施分別經》（Majjhima Nikāya Dakkhina-Vibhaṅga Sutta）の中において述べるが如くである：

「ある一人の徳行のある人が、浄らかな信心でもって、業に大果報があることを深く信じて、如法に得た物品を、もう一人別の徳行のある人に布施するならば、私は言う、その様な布施は円満なる果報を齎すのだ、と。」

このことから、あの隠士は徳行の有る人である（＋ことが分かる）：彼の徳行は、八定と五神通を伴っている。また、彼はすでに三宝に帰依しており、彼の徳行は非常に清浄であるが故に、己自身の願望を実現することができたのである。また、受取人は仏陀——世界中で、徳行が最も高い人——であった；供養した薬品は、正当な方式でもって森林の中から得たものである；彼は供養する前、供養する時、供養した後とも、みな、清浄なる信心（＝仏法への確信）に満ちていた；彼は、業が大きな果報を生じることに対して、堅固な信心（＝確信）を持っていた；というのも、彼は天眼通でもって、業果の作用を見ることができたが故に。これらの要素によって、彼の供養は非常に殊勝なものとなり、円満なる果報生じることができたのである。ある日、仏陀の病が治って、身体が健康になった時、彼は仏陀に会いに来て、以下の様に発願した：

「世尊、如来は、私の薬によって、身体が回復しました。この善業によって、私は、生生世世（＝何度生まれ変わっても）疾病のない様に、たとえ幾秒かでも身体に不快がない様にして下さい。」

彼の善業と願望によって、彼はその後の一生において、病気になったことがないし、たとえ幾秒間であっても、身体が不快になったことがない。故に仏陀は言う：

「戒行の良好な者の願望は、その清浄なる戒行によって円満に達成される。」

我々が布施を実践する時、この様な模範に見習うべきである。両家尊者が、最上見仏の時代に、種々の波羅蜜を累積して、十万年の長きに亘った。身体が壊滅して、命尽きた後、禅定の力によって、彼は梵天界に生まれたが、これは善の重業である。数えきれない大劫の中において、彼は、ある時には天界に生まれ変わり、ある時には人界に生まれ変わった。このすべての段階において、彼は一度も病気をしたことがないし、また悪道の苦しみに遭うこともなかった。

勝蓮華仏（padumuttara　Buddha）の時代、彼は漢紗瓦帝城（Hamsāvatī）の在家居士であった。彼は、仏陀が、ある一人の比丘に対して、健康第一の弟子であると宣言するのを聞いて、彼もまた多くの善業を積み重ねて、たとえば、種々の資具を仏陀と僧団（＝サンガ）に供養し、そのことによって、未来仏の教化の時代に、同様の栄誉を得たいものだと思った。彼は勝蓮華仏から、将来、健康第一の比丘になる、という授記を得た。彼は十万年の生命の中において、善業、たとえば、布施、止禅と観禅の修行などを積み重ね、行捨智の段階まで到達したのである。

毘婆尸仏（Vipassī　Buddha）が世間に出現する前、彼は曼都瓦帝城（Bandhumatī）に生まれた。後に出家して隠士になった。毘婆尸仏に出会った後、彼は仏陀を師とした。彼は、有毒の花の香を嗅いで病気になった、多くの比丘の病を治した。彼は神通によって、森林の中において、各種の薬材を採集し、それらを病気の比丘に供養した。彼は仏陀に対して充分な信心（=信頼の心）があり、時間があれば、仏陀に会いに行き、聞法したが、それでもなお、彼は隠士の生活を送り、仏陀の教える方法によって、森林の中で、止禅と観禅の修行を実践した。その一生の中において、彼は比丘の病気を治そうとする善思は、非常に強い善業であり、彼を生生世世健康であらしめた。身体が壊滅して、命終わった後、彼は禅定の業によって、梵天界に生まれ変わったが、これは善の重業である。約 91 大劫の中において、彼は天界と人界の間を流転して、迦葉仏（Kassapa Buddha）の時代に、彼は改めて、古の医術を整理したが、この善業は、彼に、健康と長寿を齎すこととなった。

我々のゴータマ仏（Gotama　Buddha）が世間に出現する前、両家尊者は憍賞弥（Kosambī）の一軒の長者の家に生まれた。彼の保母が、ヤムナ河で、彼を沐浴させている時、彼は水の中に落ちて、一匹の大きな魚の腹の中に飲み込まれてしまったが、しかし、彼は死ぬことはなかった。両家尊者が、その様な時にも生きていられるのは、彼の最後の生における、神聖的な力のおかげであった。これは「智慧遍満神通」（ñāṇavipphāraiddhi）によって生じる現象であるが、それはすなわち、その一世の中において、彼は阿羅漢果を証悟しない内には死亡することはない、いうことを意味している。この種の「智慧遍満神通」は、彼の過去世において累積した所の業によって、彼の身体上に生じるものである；彼は勝蓮華仏の時代に、将来、健康第一の大阿羅漢になるという、授記を受けたが、それは、勝蓮華仏が、彼がこれまで累積した波羅蜜とこれから累積するであろう充分な波羅蜜を見て、この様な阿羅漢になると（+授記したのが原因である）。「智慧遍満神通」とは、あれら波羅蜜によって生じるものであり、あれらの波羅蜜の中で、ある種のものは、彼を長寿にならしめる支持業である。

一人の漁師が、あの大きな魚を捕まえて、波羅奈城の、一人の長者の妻に売った。その魚の腹裂いた時、彼らは魚の腹の中に、嬰児が、一つの怪我もしないで、元気に生きているのを発見した。長者の妻は、彼を己の子供と見做して、大事に育てた。この消息が伝わって、嬰児の家の者が引き取りに来たとき、長者の妻は、その父母に対して、嬰児を彼女の元に残して育てさせて欲しいと願い出た。国王は、この両家が、共同で、この嬰児を育てる様に決裁した、故に、彼は両家（Bākula）という名前を貰うことになったのである。彼は栄華富貴な生活を送っていたが、80 歳の時、仏陀の説法を聞く機縁を得て、仏法に対して信心（=確信）を起して、出家して修行した。出家した後、七日間、彼は精進したが、八日目になって、阿羅漢果と四無礙解智とを同時に証得した。後に、仏陀は、彼は健康第一の大弟子であると宣告した。彼は 160 歳まで生きて、後に般涅槃した。彼は我々のゴータマ仏の時代の四人の大神通者（mahābhiññā）の内の一人である。その他の三人は、ぞれぞれ、シャーリプトラ尊者、モッガラーナ尊者、ヤショーダラー長老尼（Bhaddakacāna　Yasodharā　Therī）である。両家尊者の長寿と健康は、過去世の中において、戒清浄の基礎の下に、累積した善業によって造られたものである。結論として、我々は、仏陀の以下の教導を忘れない様にする事：

「戒行が良好な者の願望は、その清浄な戒行によって円満に達成することができる。」

引き続き五番目の回答を聞いて頂きたい：

回答五

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて、憤恨（=憤怒と怨恨）と悩怒（悩み怒り）し易い性格を持ち、少しばかりの批評であっても、彼は憤怒し、怒り、敵意を持ち、憤慨し、憤恨、瞋恚、不満を顕す。この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わることなく、人として生まれ変わった場合、それがどこに生まれ様とも、醜悪になる。

学生よ。これが面相の醜悪に到る道であり、それはすなわち、容易に憤怒する性格で、少しばかりの批判であっても、彼は憤怒し、怒り、敵意を持ち、憤慨し、憤怒、瞋恚、不満を顕す（＋時、それは、醜悪へ到る道である）。」

ここにおいて、私は五つの醜悪（Pañcapāpī）の物語を語りたいと思う；彼女は、波羅奈城（Bārāṇasī）の一人の貧乏人の娘で、彼女の手、足、口、目、鼻は、みな醜悪であり、故に「五醜」と呼ばれた；しかしながら、彼女の触感は殊勝で微妙で、人を迷わせるものであった。これらはみな、彼女の過去世において累積した所の業が造りだしたものである。ある過去の、ある一生において、彼女は、波羅奈城の、一人の貧乏な家の娘であった。一人のパッチェカ仏（Paccekabuddha）、己の住居を整えるために、一塊の粘土を欲したので、彼は波羅奈城に托鉢に行って、粘土を貰おうとした。そのパッチェカ仏は、静かに彼女の家の戸口に立った。一目見て、彼女は非常に怒って、そのパッチェカ仏を見ながら、内心では、彼が粘土を貰いに来たことを責めた；しかし、そうは言っても、彼女は、パッチェカ仏に粘土を渡した。彼女の善業は、瞋恚に取り囲まれていた。善業が彼女を女性として生まれ変わらせたものの、しかし、彼女の瞋恚によって、彼女は非常に醜悪であり、五醜と呼ばれることになった。彼女の触感が、人を迷わせるほどであるというのは、彼女がその時、パッチェカ仏が家を整えるための粘土を、布施したためである。しかしながら、彼女の過去世の善業は、人を迷わすほどの感触によって、果報を生じたのである；

ある日、彼女は無意識に、波羅奈の国王バカ(Baka）にぶつかった。バカは彼女を好きになり、一人の紳士に化けて、彼女の家を訪問し、彼女を妻として娶った。その後、バカは彼女を皇后にしたいと思ったが、彼女の醜悪な外面が、衆人の笑いものになることを恐れた。そこで、バカは一つの方法を思いついた。人民が誰でも、五醜の極めて殊勝で、妙なる触感を体験できる様にし、その直後に、彼女を皇后にする、という計画であった。その後、その他の王妃が彼女に嫉妬して、彼女を一艘の船に乗せて、河の流れに沿って流した。もう一人の国王巴瓦里亜（Pavariya）が彼女を獲得して、彼女は己に属するのだと宣言した。バカはそれを聞いて、非常に怒り、巴瓦里亜に戦争をしかけ

た。しかし、その後、彼らは和解して、その時から、五醜は隔週ごとに、それぞれの宮殿で過ごすことと決めた。こうしたことから、仏陀は《小業分別經》の中において以下の様に言う：「業こそが、衆生の高下(＝高低）を決める。」

次に、六番目の回答を聞いて下さい：

回答六

「しかしながら、学生よ。ここにおいて、男性または女性がいて、憤恨（=憤怒と怨恨）と悩怒（悩み怒り）し易い性格を持たず、多くの批評を受けても、彼は憤怒せず、怒らず、敵意を持たず、憤慨せず、憤恨、瞋恚、不満を顕さない。この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は楽趣、乃至は天界に生まれ変わる。

しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、天界に生まれ変わることなく、人として生まれ変わった場合、それがどこに生まれ様とも、彼は美しく生まれる。

学生よ。これが外面の美しさに到る道であり、すなわち、憤怒と悩怒の性格を具備せず、たとえ多くの批判を受けても、彼は憤怒せず、怒らず、敵意を持たず、憤慨せず、憤怒、瞋恚、不満を表現することがない（＋時、それが美しさへの道である）。」

ここにおいて、私は須菩提尊者（Ven. Subbūti）の物語を、語りたいと思う：勝蓮華仏の時代、彼は、ある裕福な家庭に生まれ、名を難陀（Nanda）と言った。後に出家して隠士となり、四万四千人の隠士の首領となった。彼は大きな森林の中に住んで、止禅の修行をし、八定と五神通を成就した。ある日、仏陀と 10 万人の阿羅漢が、神通力でもって彼らの住居に飛んで来た。あれら隠士は、非常に喜んで、幾分かの内に、神通力でもって、色々な花を採って来て、花座を作った。仏陀と阿羅漢たちは、それらの花座に座り、滅尽定（nirodhasamāpatti、予定している一定の時間内において、名法と心生色法が暫定的に生起しない一種の定境）に七日間入った。その七日の間、難陀は常に仏陀の後ろ側にいて、花蓋を持って、仏陀を守った。みなさん、彼が善業を累積する時の気力の強さといったら！　彼は七日の間、そこを移動することなく、横にならず、食べないで、厠にも行かなかった。彼は非常に専注した、というのも、その時彼はすでに、八定と五神通を得ていたが故に。彼は専注の心でもって、仏陀の後ろに立ち、花で作った傘蓋を支えて、連続して七日間、仏陀を守り続けたのである。

あなたは、彼がどれほどの善業を累積したのか、想像することができるであろうか：たとえ一弾指の間であっても、すでに数百万個の、善なる意門心路過程が生・滅するが；

七日の間、難陀の心路過程の七個の速行心の中に生じた善業は、数えることができない程である。これらは欲界の善業である。一つひとつの心路過程の中の七個の速行心における、真中の五個は、比較的強くて力のあるものであって、そららは潜在的なエネルギーを有していて、次の一世以降の未来世において、長期的に欲界の殊勝な果報を生じることができる。そして、彼の次の一世において、すなわち、ジャーナの業（広大業）によって果報が生じ、彼をして梵天界に生じせしめた、というのも、彼のジャーナ業は重業であるが故に。仏陀と阿羅漢が滅尽定から出定した時、まさに彼らに供養する最も良いチャンスであった。あれら隠士は、森林のから、果物と花を採ってきて、仏陀とサンガに供養したのである。仏陀は慈心ジャーナ第一、及び、供養第一である所の、比丘に仏法を開示する様に言いつけて、それでもって、感謝、随喜、回向と祝福（anumodana）に代えた。開示が終わると、難陀以外の、その他の隠士は、皆阿羅漢果を証得した。

難陀はあの比丘の荘厳な威儀に心が傾いていた為、何等の聖道、聖果も証得することがなかった。彼が、開示をした比丘が、あの二種類の第一を獲得するのに、具備しなければならない特質を知った時、難陀は、将来、己自身もまた、同じ様な成就を得たいと発願したのである。

当時の難陀の戒行は清浄で、それは輝く宝玉の様にであり、また、八定と五神通が伴っていた；供養する前、供養の時、供養の後、彼は常に仏法僧の三宝に対して、清らかな信心（=信頼の心）があった；彼は業には大果報があると深く信じていた、というのも、彼は天眼通でもって明晰に、業果の作用を了知していたが故に；布施を受け取る者は、世間無上の福田であり、また、彼はもっともよい時期に、彼らに布施を行った；

故に、彼の願望は、必ずや布施者と布施を受ける者の双方の清浄によって円満に達成することができる。彼は発願した後、勝蓮華仏の授記を得ることができた；彼はゴータマ仏の時代において、慈心ジャーナ第一、供養を受け取る（＋資格）第一の比丘となったのである。彼は隠士としての身分を変更することはなかったが、しかし、常に仏に会いに行き、聞法をした。彼は仏陀の教法に基づいて、止禅と観禅の修行をし、特に慈心慈心を重視し、慈心ジャーナを基礎として、観禅の修行を実践して、行捨智の段階まで到達した。ここにおいて、私は「縁起」について、些かの解説を加えたいと思う第；彼が果物と花を、滅尽定から出定したばかりの仏陀とサンガに供養した後、彼は、慈心ジャーナ第一と、供養受け取り第一の比丘になりたと発願した。

仏陀の教導に基づくと、我々の身・心は、究極名色法によって構成されている。もし、我々がそれらは究極名色法であると了知しているならば、それは正確で、観智であり、正見である；しかし、もし、我々がそれらを男性、女性、比丘、比丘尼と見做すならば、それは錯誤である。この様な錯誤を無明と呼ぶ。故に、彼があの様な状況の下において、

一塊の究極名色法をば、慈心ジャーナ第一と供養受け取り第一の比丘と見做したのは、まさに「無明」なのである；この無明によって、彼は慈心ジャーナ第一、供養受け取り第一の比丘になりたいと発願した、これは「愛」である；彼はその様な比丘の生命に執着したが、これは「取」である；無明、愛、取を「煩悩輪転」（kilesavaṭṭa）と言うが、その意味はすなわち、生死輪廻を造り出す煩悩である、ということである。無明、愛、取によって、彼は果物と花を無上の福田――仏陀とサンガ――に供養したが、これらの善業は行と言う。それらは無常であり、生起するや否や、即刻壊滅するが、しかし、それらは、彼の名色相続流の中において、業力を残留させる；《発趣論》（Paṭṭhāna）の業縁の部分において、業力は業と呼ばれている。行と業は「業輪転」（kammavaṭṭa）と呼ぶが、その意味はすなわち、生死輪廻を造り出す業のことである。以上、合計五種類の過去因がある：無明（avijjā）、愛（taṇhā）、取（upādāna）、行（saṅkhāra）及び業（kamma）である。同様の原理は、すべての業力が熟して、果報を結成する状況において、適用することができる。

しかしながら、彼の業は、強くて力のある慈心ジャーナに囲まれていた。なぜ、彼の慈心ジャーナは、それほど強くて力があるのか？　というのも、彼は特に、慈心ジャーナの修行に重きをおいていたのが、一つの要素である。慈心ジャーナを基礎にして、彼は観禅を修行した。慈心ジャーナの支援の下、彼の観智は明晰で、深く、徹底しており、強くて力があった。彼は強くて力のある観智を足掛かりにして、彼の慈心ジャーナ更に強くて力のあるものにした。《発趣論》に基づくと、これは強くて力のある助縁であって、「親依止縁」（upanissaya paccaya）と言う。なぜ、この様なことが（＋実現するのか）？　というのも、彼は慈心禅に入り、その後にそれより出定して、即刻、ジャーナ名法をば、無常・苦・無我として、観照する。そして、その後にまた、慈心ジャーナに入り、出定後、ジャーナ名法を無常・苦・無我として観照し・・・この様に、何度となく繰り返して、修行したのである。この様な、不断の繰り返しによる禅修のために、彼は慈心ジャーナと観禅はみな、安定して、かつ強くて力があるものとなる、これがもう一つの別の要素である。

また、慈心ジャーナは、瞋恚怨恨と対立する。これが、なぜ、彼の心が、常に、瞋恚怨恨から離れているのは、という理由である。止禅と観禅の修行を通して、彼は、長時間、瞋恚怨恨を抑制することができるし、それが生起しない様にすることができる。

また、彼の神通も、瞋恚怨恨を含む内心の一切の煩悩を抑制することを助けることができる；彼の観智もまた、同様に、これらの煩悩を抑制することができ、そのため、彼の心は浄化される。浄化された心によって、彼の願望は、円満に達成される。あの一生の中において、彼が止禅と観禅の修行の実践は、10 万年の長きに達したのである。彼の

意志力は非常に堅固で強いものであるが、この意志力は、業である。意志の力が堅固で強い時、どの様な願望でも、実現することができるのである。

我々の仏陀の時代、彼は富豪須摩那（Sumana）の子として生まれた、すなわち、給孤独長者（Anathapiṇḍika）の弟として、である。彼の顔立ちが英俊で、清らかで、美しかったために、彼は須菩提（Subhūti）と呼ばれたが、その意味はすなわち、「善相」である。これは、彼が過去世において、瞋恚怨恨の心がないこと、または煩悩を取り巻く善業の果報によるものである。給孤独長者が、祇園精舎を布施したその日、須菩提は、仏陀の説法を心静かに聞いて、法に対して、信心（=確信）を起して、出家した。

出家した後、彼は二部の毘尼に精通した。仏陀から業処を得た後、一人で森林の中にいて、修行した。彼は慈心禅を基礎にして、次に観禅を修行し、阿羅漢果を証得した。

彼は（＋誰にも）平等に説法し、親しいとか疎遠であるとかの、分け隔てをしなかった。

仏陀は彼を寂静遠離（araṇavihāri、争なく住する者）と、供養受け取り第一（dakkhineyya）の大弟子と宣揚した。彼のあの、強くて力のある慈心禅は、彼の心をして、常に寂静であらしめたし、またすでに、ずっと以前から、煩悩から遠離していて、争いなく住していたのである。

聞くところによると、彼が托鉢で村に入る時。一軒ごと、施主の家の戸口に立って、慈心ジャーナに入った後、出定の後に、ようやく供養を受けるのであったそうである。その様にすれば、施主たちは、最大の福徳を得ることができるが故に。彼が王舎城まで行脚した時、頻毘婆羅王は、彼に一軒の住まいを建ててあげることを約束したが、王はそのことを実行するのを忘れてしまった；須菩提尊者は、露天の場所で禅の修行をしたが、長い時間、雨が降ることはなかった。後になって、頻毘婆羅王が、雨の降らない原因を知って、急いで部下に命令して、須菩提尊者に、屋根を葉で葺いた小屋を造らせた。

須菩提尊者が小屋に入って、稲わらで作ったベッドに座るや否や、雨が降り始めたのである。彼の心は、慈心ジャーナと出世間智慧によって清浄であったが故に、天神もまた彼が雨でぬれない様にと、彼を保護したのである。このことから、清浄な心は、衆生を清浄にするのだ、ということが分かる。次に、七番目の答えを聞いて欲しい：

回答七

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて心の中に嫉妬（＋心）を抱え、他人が獲得した供養、名誉、重視、礼拝、尊敬などに嫉妬を感じ、憤慨し、嫉妬の心を、心に満たしている。この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅した後、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命終わる時に、苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わらないで、人に生まれ変わるとしたならば、その場合、どこに生まれ様とも、彼は何の影響力も持っていない。

学生よ。これが、影響力の無い（＋状態に）到る道である。すなわち、心に嫉妬を抱え、他人が獲得した供養、名誉、重視、礼拝、尊敬などに嫉妬し、憤慨し、嫉妬の心を心に満たしている（+人の行く道である。）」

この種の嫉妬の性格は、社会生活において多くの問題を引き起こす。嫉妬心によって征服された男性または女性は、仏法に基づいて教導された正常な行いを表現することができない；彼らは常に、お互いに虐め合い、破壊し合い、弱者を虐め、破壊する。ここにおいて、私は羅沙迦提尊者（Losaka　Tissa　Thera）の物語を語りたいと思う；迦葉仏の時代に、一人の比丘がいて、その地域の一人の符合の護持を受けていた。ある日、一人の阿羅漢がこの富豪の供養した寺院に入ってきた。富豪は、この阿羅漢の威儀を非常に好んで、彼に（＋色々）供養したいと思い、彼に寺院に留まってもらう様頼んだ。

阿羅漢は、留まってもよい、と返事をした；元々ここに住んでいたあの比丘は、彼に対して嫉妬の心を起し、そのため、彼は施主に対して、新しくきた比丘は、怠け者であり、何もしないおだ、と言った。彼は施主が阿羅漢に渡してほしいと頼んだ阿羅漢の食べ物を火の中にい入れて燃やしたが、これは彼の嫉妬心から来る不善業であった。あの阿羅漢は彼の心念（=想い）を知っていたので、そこを離れ様としｔ、神通力でもって天空を飛んだ。

この比丘は、阿羅漢が去ったのを知って、心中に悔恨が生じた。彼の善業は、優先的に果報を生じることができず、死後、地獄に生まれた。地獄の苦しみを受け終わって、彼は夜叉に生まれ変わったが、いつもいつも、充分に、満足に食べることができなかった。その後の 500 世は、いつも犬に生まれ変わり、一回の世毎に、多くの悪業の果報を受けて、常に空腹であり、満腹することがなかった。我々の仏陀の時代、彼はコーサンビーの一人の漁師の息子として生まれ、名を羅沙迦（losaka）と言った。彼らの村の中には、一千戸の家があった。羅沙迦が生まれたその日、その一千戸の家家は、食べ物がなく飢えて、まその上、種々の災難に見舞われた。その為に、彼らは羅沙迦の一家を

追放した。羅沙迦が歩けるほどに成長した時、彼の母親は、彼に陶器の破片を一つ渡して、乞食をする様に言って、家を追い出した。

彼は四方に放浪し、誰も面倒を見る人もなく、烏の様に、道に落ちているご飯を拾って食べた。彼が七歳の時、シャーリプトラ尊者が彼に出会い、彼を不憫に思い、剃髪得度してあげた。が、しかし、彼の運気はなおみじめなものであった；毎回托鉢に行く時、得られる食べ物は非常に少なく、整った一食を食したことがない。彼が相当の程度の修行レベルまで来たとき、阿羅漢果を証得した。なぜ、阿羅漢果を証得することができたのか？　というのも、彼は迦葉仏の教化の時代に、彼が阿羅漢果を証することできるに充分は波羅蜜を二万年の長きに積んだが故に。彼は阿羅漢果を証得したものの、しかし、充分な食べ物を得ることが出来なかった。毎回、施主が食べ物を彼の鉢の中に入れてあげるものの、食べ物は即刻、消失してしまうのである。その原因は、過去世において、彼が施主が、阿羅漢に供養する様、彼に頼んだ食べ物を火の中に投げ込んだ上に、彼は他人が獲得した供養、名誉、重視、礼拝、尊敬などに対して嫉妬し、憤慨し、嫉妬心で心が一杯になったからである。

彼がもうすぐ般涅槃するという時になって、シャーリプトラ尊者は、彼は一度だけでもしっかりした食事をするべきだと思い、羅沙迦と共に、舎衛城に托鉢に行ったが、しかし、彼らに注目する人は一人もいなかった。その為、彼は羅沙迦を寺院に連れて帰り、己一人だけで、托鉢に行き、人に頼んで、食べ物を羅沙迦に届けてもらった。しかし、依頼されたその人は、食べ物を全部、自分で食べてしまった。シャーリプトラ尊者がこの事を知った時、時はすでに午後になっていた。そのため、彼は国王の宮殿に行って、はちみつ、ギー、バターと砂糖の混合物である甜品（catumadhura）を一碗貰い受けて、羅沙迦のために持って帰った。甜品が消失しない様に、彼は自分で碗を持ち、羅沙迦に、碗の中の甜品を食べさせた。その日の夜、羅沙迦提舎尊者は般涅槃した。人々は彼の舎利の上に一座の塔を建てて彼を記念した。こうしたことから、仏陀は《皮帯束縛經》の中において、以下の様に開示して言う：

「故に、比丘たちよ。常に斯くの如くに己自身の心を反省するべきである：『長い間、この心は常に貪、瞋、痴によって汚染されている。』

比丘たちよ。衆生は心の煩悩によって汚染される；衆生は心の清浄を通して浄化される。」

次に八個目の回答を聞いて頂きたい：

回答八

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて心の中に嫉妬（＋心）を抱えず、他人が獲得した供養、名誉、重視、礼拝、尊敬などに嫉妬を感じにで、憤慨しない、嫉妬しない心を持っている。この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅した後、彼は楽趣、ないしは天界に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命終わる時に、天界に生まれ変わらないで、人に生まれ変わるとしたならば、その場合、どこに生まれ様とも、彼は影響力も持つ。

学生よ。これが、影響力の無い（＋状態に）到る道である。すなわち、心に嫉妬を抱えず、他人が獲得した供養、名誉、重視、礼拝、尊敬などに嫉妬せず、憤慨せず、嫉妬を心を満たしていない（+人の行く道である。）」

私は一つの例を挙げたいと思う、優楼頻螺迦葉（Ven. Uruvela Kassapa）が、非常によい例である：勝蓮華仏の時代、彼は一人の在家居士であった。ある日、彼は勝蓮華物が獅子音比丘（Sīhaghosa）を、従者の中の一番の大弟子であると宣言したのを見て、彼は非常に歓喜し、かつ、己自身もまた未来仏の教化の時代に同様の栄誉を得たいものだと考え、発願した。この心願を実現する為に、彼は多くの善業を積み重ねた。

この例でいうと、彼は獅子音比丘が獲得した供養、名誉、重視、礼拝、尊敬などに対して、嫉妬せず、憤慨せず、嫉妬の心を抱かず、その成就を随喜した；彼は全身に、喜悦と楽しさが充満した。この種の態度は彼に非常に大きな利益を齎し、彼をして益々高等なる生命を獲得せしめたのである。縁起法から言えば、もし、彼が比丘がただ究極名色法の組み合わせに過ぎないことを了知しているならば、彼の了知は正確であり、正見である、と言える；というのも、究極諦の角度から見れば、究極名色法のみが存在しており、真実の比丘とか、比丘尼などは存在しないのである。彼は、究極名色法をば、従者第一の比丘であると思い成したが、これは彼の「無明」である；この無明に基づいて、彼は己自身が、未来仏の教化の時代にその様に比丘になりたいと発願したが、この種の、生命に対する渇望は「愛」である。

彼はあの様な比丘の生命に執着したが、これは「取」である；実際は、不断に重複して強く変化した愛が、取である。彼はあの様な比丘の生命に不断に渇望した。この項の願望を達成するために、彼は多くの善業を積み重ねたが、これらの善業は、彼の行である；彼は持戒清浄であり、仏陀とサンガへ布施をし、資具の供養し、止禅を修行し、かつ観禅の修行は、行捨智の段階まで到達した。これらの善業は、無常であり、生じるや否や即刻滅し去るが、しかし、それらが、彼の名色相続流の中に、潜在的な業力を残すことになった。こうしたことから、合計五種類の過去因あることが分かる、すなわち、

ち、無明、愛、取、行及び業である。後に、彼は馬興達（Mahinda）の子として生まれ、弗沙仏（Phussa　Buddha）の異母弟となった。彼と、もう二人別の兄弟は、辺境の動乱を平定したために、国王は褒賞として、彼らに、仏陀と 10 万人の比丘を供養する権利を与えた。彼らは三人の大臣を派遣して、仏陀とサンガのすべての需要に応えた；彼ら自身は、10 戒を受持し、仏陀に親しみ、仏法を聴聞し、時間があれば、止禅と観禅の修行をした。

過去の、あの三人の大臣は、我々の仏陀の時代にはそれぞれ：頻毘婆羅王（King Bimbisāra）、毘舎佉居士（Visākha）、及び護国尊者（Ven.　Raṭṭhapāla）である。この三人の兄弟は、天界と人界の間を流転して、最後の一生において、彼らは族姓を迦葉という一個の婆羅門の家庭に生まれた。彼らは三部のウェーダを学んだ。その後三兄弟は出家して隠士になった。彼ら結髪の三兄弟（Tebhatika　Jatila）の内、長男優楼頻羅迦葉（Uruvela　Kassapa）と 500 人の弟子は、優楼頻羅の尼連禅河（Nerañjara）の川べりにいた；その河の少し下流に次男の那提迦葉（Nadī　Kassapa）と 300 人の弟子が住んでいた；そのまた下流に、三男の伽耶迦葉(Gayā　Kassapa）と 200 人の弟子が住んでいた。仏陀は仙人堕処（Isipatana）で、最初の雨安居を過ごした後、優楼頻螺（ママ、以下同様）迦葉に会いに行った。優楼頻螺迦葉は、仏陀に、我々が聖火を供奉する屋舎の中には毒龍（＝毒蛇）が住んでいる、と警告したが、しかし、仏陀は依然としてそこに住むことにした。仏陀は、前後して、神通力によって、一匹は煙を吐き、一匹は火を吹く、二匹の毒龍を降伏したため、優楼頻螺迦葉は仏陀の神通に、いたく敬服し、毎日仏陀に食事を供養することを申し出た。仏陀は、その付近の樹林の中に三か月ほど住み、何度も神通を顕現し、優楼頻螺迦葉の心が軟化して、仏陀の説法を聞く気持ちになる様にした。

最後に仏陀は、優楼頻螺迦葉は阿羅漢ではないこと、彼が依拠している修行方法では彼に阿羅漢果を証得せしめることができない事を遠慮なく突く事によって、優楼頻螺迦葉の目を覚まさせようと決意した。その時、優楼頻螺迦葉は初めて、敗けを認めて、出家をしたいと願い出た。仏陀は、この決定を彼の弟子たちに告げて、彼らに己自身の未来の方向を決める様にと言った。彼の弟子たちは、すでに仏陀に傾向していたため、みな共に剃髪して出家し、螺髪とホーマー（＝火供）に用いる道具を、河の中に捨てた。那提迦葉と伽耶迦葉は、上流からホーマーの道具が流れてきたのをみて、何が起きたのかと聞きに来た。情況を理解した後、彼らもまた、仏陀に従って出家した。仏陀は象頭山（Gayāsīsa）において、彼らのために《燃焼經》（Aditta　Sutta）を開示した所

――《六処相經》（Saḷāyatana　Saṁyutta）参照――彼ら全員、阿羅漢果を証得したのである。仏陀と優楼頻螺迦葉及びその弟子たちは象頭山を離れて、王舎城に来た。

優楼頻螺迦葉は、頻毘婆羅王及び会に集まった人民大衆の前で、己自身は、仏陀に帰依した、と公開で宣言した。彼が優楼頻螺迦葉と呼ばれるのは、一つには、その他の、迦葉姓の者と区別するためで、もう一つの理由は、彼が優楼頻螺で出家したからである。

彼らには、元々1000 人の弟子がいたが、彼らが仏陀に従って出家した後もなお、優楼頻螺迦葉の傍にいた。一人ひとりの弟子は、また多くの人々を剃髪得度させたため、彼らの一団が、比丘の人数が最も多いのであった。阿難尊者の戒師――ベラッタ獅子（Belaṭṭasīsa）は、優楼頻螺迦葉の弟子であった者である。優楼頻螺迦葉が仏陀に帰依した時、彼もまた仏陀に帰依したのである。後に、仏陀は比丘、大衆の前において、優楼頻螺迦葉は、従者の中で、第一の大弟子である、と宣言した。これがなぜ、仏陀が以下の様にいうのか、という理由である：「業が衆生をして、その高下を分ける」

次に九番目の答えを聞いて頂きたい：

回答九

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて、食物、水、衣服、馬車、花輪、お香、油膏、ベッド、住居、灯明を沙門または婆羅門に布施をしない。この様な行為を履行し、実践するが故に、身体が壊滅した後、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかし、もし、身体が壊滅し、命終わる時に彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わらず、人として生まれ変わったならば、どこに生まれ様とも、彼は貧窮する。

学生よ。これが貧窮に到る道である。すなわち、食物、水、衣服、馬車、花輪、油膏、ベッド、住居、灯明を沙門または婆羅門に布施しない（＋者の道である）」

この經文の意味は：嫉妬と吝嗇によって、己自身に、多くの物品があって、布施をするのは可能であるのに、しかし、糸一本さえも布施しない。吝嗇が原因で、人は四悪道の一つに生まれ変わるか、または貧困な人として、生まれ変わることになるのである。

私は、須婆の父親である都提婆羅門（Brahmin　Toddeya）の物語を語りたいと思う：

彼は大沙羅婆羅門（Mahāsāla　Brahmin）と呼ばれたが、その意味はすなわち、伊車能伽羅（Icchānankala）と瑪那沙卡達（manasākata）の集会の中の婆羅門の内、卓越婆羅門と呼ばれることができるということである。彼らは非常に長く都提村（Tudigama）に住んでいたため、都提（Todeyya）と呼ばれた。彼は、憍薩羅国（Kosala）波斯匿王（King　Pasenadi）の国師であった。彼は非常に裕福であったが、しかし、非常に吝嗇であった。故に、仏陀とサンガの人々が舎衛城に住んでいても、彼は何一つ

も、彼らに布施をすることがなかった。彼は常に、息子の須婆に対して、どの様なものであっても、決して人に与えてはならない、ミツバチが蜜汁を一滴一滴集めて、累積する様に、白蟻が、一粒一粒土を積み重ねて、蟻塚を造る様に、不断に富を累積せよ、と教え諫めた。

彼は彼の吝嗇のために、死後、己自身の家の犬に生まれ変わった；須婆は非常に、この犬を可愛いがっていた。仏陀が須婆の家に来た時、その犬は仏陀に向かって吠えた。仏陀はこの犬を責めて、都提と呼んだ。須婆はそれを聞いて非常に怒ったが、しかし、仏陀がその犬に、前世において人であった時に、埋めておいた宝物を掘り起こさせて、この事を通して、その犬が、確実に、須婆の父親が生まれ変わったのである事を証明し様としたのである。その犬は死後、地獄の生まれ変わった。羅沙迦提舎の物語もまた、覚えておいて欲しい：

彼の嫉妬の吝嗇のため、彼は地獄（＋に生まれて）苦を受けた後、人として生まれ変わることができたたが、しかし、どこに生まれても、いつも非常に貧困であった。

こうしたことから、衆生は、己自身の心内の煩悩に汚染されるのだという事が分かる。

次に第 10 番目の答えを聞いて頂きたい：

回答十

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて、食物、水、衣服、馬車、花輪、お香、油膏、ベッド、住居、灯明を沙門または婆羅門に布施する。この様な行為を履行し、実践するが故に、身体が壊滅した後、彼は楽趣に乃至天界に生まれ変わる。しかし、もし、身体が壊滅し、命終わる時に彼は天界に生まれ変わらず、人として生まれ変わったならば、どこに生まれ様とも、彼は裕福となる。

学生よ。これが裕福に到る道である。すなわち、食物、水、衣服、馬車、花輪、油膏、ベッド、住居、灯明を沙門または婆羅門に布施する（＋者の道である）」

この点に関して、西瓦利尊者（Sīvalī　Thera）が良い例である；勝蓮華仏の時代、彼は、勝蓮華仏の弟子善見比丘（Bhikkhu　Sudassana）の様な、受供（＝供養を受ける事）第一の弟子になりたい、と発願した。この心願を達成するため、彼は、仏陀と 10 万人の比丘僧に、七日間の飲食を布施した。この善業の果報は非常に大きい。なぜであるか？　あの当時の人々の、平均寿命は 10 万歳であり、大多数の人々は、五戒を受持して、戒清浄であった。彼は、戒行が良好である者の願望は、その清浄なる戒行によって、円満達成できることを、理解していた。彼は、止禅と観禅の修行をし、行捨智の段

階に到達した。これは、将来において、阿羅漢果を証得する時に、四無礙解智を具足するためにも、必要とされる修行方法である。故に、彼の布施は、戒・定・慧の功徳を伴っていた。また、布施を受け取る者は、世間の最上なる福田――仏陀とサンガであった；布施物は、正当な方法で得られたものであり；彼は布施の前、布施の時、布施の後、みな清浄な信心（=仏と仏法への信頼）を擁していた；彼はそれ以前に観禅の修行をして、すでに縁起を了知していたため、彼は大果報を生じることのできる業に関して、深い信心（=確信）を有していた。

これらの要素によって、彼の布施の功徳は、非常に大きなものであって、彼をして、その願望を、円満に達成せしめた。実際、勝蓮華仏は、彼が、ゴータマ仏の教化の時代に、受供（＝供養を受ける者、以下同様）第一の大弟子になることを、授記した。毘婆尸仏の時代において、彼は、曼都瓦帝城の付近に生まれた。あの当時、人民と国王は、一体誰が、仏陀とサンガへの布施が多いか、競争していた。彼らがはちみつ、コンデンス・ミルク、砂糖が必要になった時、彼は、6 万人の比丘（＋が必要とする）分量を供養したのである。利見仏（Atthadssī　Buddha）の時代、彼は国王になり、名を瓦努那（varaṇa）といった。仏陀が般涅槃した後、彼は菩提樹に対して、大いに布施をし、後に菩提樹の下で世を去り、化楽天（Nimmānarati）に生まれ。彼は、人間社会で、34 回国王になり、名を蘇巴武（Subahu）といった。

《比喩經》（Apadāna）の説明によると、彼の最後の一生において、彼の父親は、利加威馬哈力（Liccavi　Mahāli）で、彼の母親は拘利族（koliya）の王女蘇巴瓦沙（Suppavāsā）であった。彼は、非常に裕福な家庭に生まれたのであった。彼は、母親蘇巴瓦沙の体内に七年七か月いて；最後に彼の母親が彼を生むときには、七日間努力しても、なお生まれることがなかった；蘇巴瓦沙は、自分は、長く生きられないと思い、夫に言った：「私は死ぬ前に布施がしたい。」そして、夫に頼んで、供養の品を仏陀に届けて貰った。仏陀は供養の品を受け取った後、祝福の詞を述べた。この布施が原因で、彼女は即刻、西瓦利を生んだ。彼女の夫が戻ってきた時、彼女は、夫に、七日間、再び、仏陀とサンガに供養して欲しいと頼んだ。西瓦利は、生まれて直後から、非常に高度な天分を現した。彼は出生のその日、シャーリプトラ尊者が彼と言葉を交わし、母親の許可を得た後、彼を剃髪得度した。彼は、最初の髪の毛が、剃髪される時、ソータパナ果を証得した；二回目の髪の毛が剃髪される時、彼はサターガミ果を証得した；剃髪の後、彼は即刻、家庭を離れ、静かな小屋で禅の修行をした。

彼は、己自身が長い間胎内にいた苦しみを思惟し、観禅の修行に精進し、観智を向上させて、四無礙解智を伴う、阿羅漢果を証得した。これは、彼が、かつて、過去仏の教

化の時代に、深くて厚い波羅蜜を累積したことと、止禅と観禅の修行をして、すでに行捨智の段階に到達していたのが原因である。しかし、何が原因で、彼は長い時間、出生することができなかったのか？　過去のある一生において、我々の菩薩は、波羅奈の国王であった。その時、憍薩羅の国王が彼を攻撃し、彼を殺して、王妃を連れ去り、自分のものにした。波羅奈の王子は、下水溝に沿って逃げ、後に大軍勢を率いて、反撃した。彼の母親は、この消息を聞いて、息子に、憍薩羅の城（＋の城壁を取り囲み、かつ池の水）を塞ぐ様にと、アドバイスした。彼の息子は、言われた通り実行した。七日目、憍薩羅の国王は捕縛され、首を切られて、波羅奈王子の元に届けられた。過去世における、あの波羅奈王子は、我々の仏陀の時代においては、西瓦利であった。彼が城の池（の水を止めた）業が、彼をして、七年七か月も、母親の胎内に留まることになり、また出産の時は、七日もかかったのである。彼の、あの過去世における母親は、我々の仏陀の時代の、拘利族の王女蘇巴瓦沙である。

仏陀は、この物語を語って、蘇巴瓦沙が出産の時に、なぜそれほど長い時間がかかったのか、とその理由を説明したのである。まさに、この事から、仏陀は以下の様に言う：

「故に、比丘たちよ。常に、己自身の心を以下の様に反省せしめなければならない：

『長い間、この心は、常に貪、瞋、痴によって汚染されてきた』

比丘たちよ。衆生の心は煩悩によって汚染される；衆生の心は、清浄を通して、浄化される。」

後に、仏陀は比丘たち、大衆の前で、西瓦利は、受供第一の大弟子であると宣言した。聞く所によると、仏陀が、シャーリプトラ尊者の一番下の弟卡底拉尼亜、離婆多尊者（Khadiravaniya-Revata）に会いに行った時、西瓦利尊者を帯同したとの事である、というのも、その道は、歩きにくく、食料も少なかった為に。また別の時、西瓦利尊者は、自身の福報を試すために、500 人の比丘と共に、ヒマラヤ山に行った。その時、天神は、彼のために、大量の食べ物を準備した。干達馬塔那（Gandhamadana）という場所において、名を龍使（Naga-Datta）という天神が、七日間、彼らに乳飯を供養した。これらは、彼の過去世において、（＋彼が大いに）布施をした業の、果報である。次に 11 番目の回答を聞いて頂きたい；

回答十一

「ここにおいて、男性または女性がいて、驕慢であり、過度に慢心であって、礼拝するべき人に礼拝せず、立ち上がって敬礼するべき人に、立ち上がって敬礼せず、座席を譲るべき人に、座席を譲らず、道を譲るべき人に、道を譲らず、恭敬されるべき人を、恭敬せず、尊重されるべき人を、尊敬せず、供養（＝布施、以下同様）をするべき人に、供養しない。この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わらず、人として生まれ変わるならば、どこに生まれようとも、彼は常に身分が低い者となる。

学生よ。これが低賤に到る道である、それはすなわち、傲慢と過度な慢心であり、礼拝するべき人に礼拝せず、立ち上がって敬礼するべき人に、立ち上がって敬礼せず、座席を譲るべき人に、座席を譲らず、道を譲るべき人に、道を譲らず、恭敬されるべき人を、恭敬せず、尊重されるべき人を、尊敬せず、供養をするべき人に、供養しない（＋者の到る低賤の道である）。」

この点に関して、善覚（Suppabuddha）の物語を聞いて頂きたいと思う：彼は釈迦族の王子であって、彼の父母は安闇那（Añjana）と耶所塔那（Yasodharā）である。

彼には兄弟がいて、名を坦達巴尼（Daṇdapāni）と言い、二人の姉妹は、それぞれ、我々の仏陀の母親摩訶摩耶（Mahā-Māyā）及び叔母の波闍波提瞿曇弥（Pajāpatī-Gotamī）であった。彼は阿弥達（Amitā）を妻に娶り、巴達伽加那・耶輸陀羅（Bhadakaccāna-Yasodharā）と、提婆達多（Devadatta）が生まれた。耶輸陀羅は、シッダッタ太子の妻になり、故に、彼は仏陀の岳父ということになる。聞く所によると、仏陀が彼女の娘を捨て、又提婆達多に対して友好的でなかったため、怒りを買ったということである。ある日、彼は強い酒を飲んで、仏陀の行先を邪魔した。多くの比丘が道を開けてくれる様頼んだが、彼はそれを拒絶して、道を譲らなかった。仏陀は、元の道を戻った。

阿難尊者は、仏陀が微笑するのを見て、仏陀に何故微笑するのか、と問うた。仏陀は、七日の内に、善覚は、己自身の宮殿の一階で地中に落ちるであろう、と言った。善覚は、二人の会話を盗み聞いて、すべての財産を己自身の宮殿の七階に運び、階段を取り払い、すべての扉を閉めて、かつ、一階毎に、強壮な護衛を立たせた。七日目、善覚は、御用馬が、縄を解いて（＋暴れた）。善覚以外で、この馬を制御でいる人がいない為、門に向かって出て行き、その馬を制御し様とした。門が自動的に開き、階段は元の位置に戻り、あれら強壮な守衛たちは、彼を下の階に放り出した。彼が階段の最下部まで落ちた

時、土地に亀裂が入り、彼は地面の中に落ち込んで、阿鼻地獄（Avīci-hell）まで、堕ちて行った。このことから；衆生は己自身の内心の煩悩によって汚染されることが分かる。

また、優波離尊者（Upāli　Thera）の物語もしっかり聞いて欲しい； 勝蓮華仏の時代、優波離は、一人の裕福な婆羅門であり、名を善生（Sujā　ta）と言った。仏陀が彼らの住んでいる町に来て仏法を開示した時、善生は大衆の中にいて、仏陀の為に花蓋を七日間支え続けた善慶沙門（Sunanda）がいる事に気が付いた。仏陀は授記して、善慶は、ゴータマ仏の時代において、名を富楼那弥多羅尼子（Puṇṇa　Mantāni-Putta）といい、説法第一の大弟子になる、と言った。善生は、未来においてゴータマ仏に会いたいと思った。彼は、勝蓮華仏が波提迦比丘（Pātika）が持律第一（viyana-dhara、戒律の暗誦）であると宣言した時、彼は、ゴータマ仏の時代において同様にの栄誉を得たいと発願したのである。この目標を達成する為、彼は多くの善業を累積したが、その中の一項が、重資（＝多くの金品）でもって、仏陀とサンガの為に一座の寺院を建てる事であった。その名は、所伯那（Sobana）である。彼もまた止禅と観禅の修行をしｔ、行捨智の段階まで到達した。しかしながら、二大劫の以前に、彼は国王安闇那（Añjana）の子であり、名は善喜（Sunanda）であった。ある日、彼は大象に乗って、公園に行った時、路上で、パーチェカ仏提瓦拉（Devala）に出会った。彼は種々の方式でもって、このパーチェカ仏を侮辱した。彼がこの様な不善業を造（ナ）したのは、彼の、己自身の王子の身分に驕り高ぶりがあった為である。その時、善喜は、全身が焼ける様に熱くなった。それは、彼が従者と共に、パーチェカ仏に謝りに行くまで続いた。パーチェカ仏を侮辱した業は、彼の最後の一世において、優波離として生まれた後、理髪師になった原因となった。ゴータマ仏の時代、彼は迦毘羅衛城の、理髪師の家に生まれ、その後、宮殿の中において、王子たちの為に服務した。

阿那律、阿難などの王子たちが、阿努比亜マンゴー園（Anupiya　Mango　grove）に行って、仏陀に従って出家し様とした時、優波離もまた、彼らと共に言った。王子たちは、彼らの身に着けていたすべての金銀財宝を優波離に上げようとしたが、しかし、優波離は、何度も考えた結果、これを受け取るのを拒否し、自分自身も出家したい、と思った。彼がこの様な決意をしたのは、彼は釈迦の王族の多くは、性格が性急で暴戻的であるのを知っていて、彼が金銀財宝を持っていれば、彼が王子たちを殺してこれを奪ったのだと疑うに違いないし、そうなれば、彼の命はないのだと、考えた為である。

あれら釈迦王子たちの要求に従って、仏陀は、王子たちに謙虚さを学んでほしいと思い、先に、優波離を剃髪得度した。優波離の戒師は、迦比達迦尊者（Ven.　Kappitaka）である。優波離が仏陀から禅修の業処を与えられて、森林に行って修行したいと申し出た

時、仏陀は、彼が森林に行って修行するのを許可しなかった。というのも、彼が森林に行くと、学べるのはただ禅修のみになってしまう；しかしながら、彼が仏陀の身辺にいる比丘たちとともに住めば、禅修を学べるだけでなく、仏法を学べるからである。優波離は、仏陀の提案を受け入れた。彼は、観禅の修行に精進し、かつ、五根が充分に熟した時、四無礙解智と共に、阿羅漢果を証得することができた。仏陀は優波離に律蔵（Vinaya　Piṭaka）の全部を教えた。

仏陀は、サンガの大衆の前で、優波離は、戒律に精通する第一の大弟子であると宣言した。彼は常に、戒律の権威として言及される（＋人物となった）。王舎城において行われた、第一番目の仏教聖典結集において、優波離尊者は、戒律に関するすべての問題に答える責任を負った；阿難尊者は、仏法に関するすべての問題に答えた。この事からも分かる様に、業が衆生の高下の身分を齎すのである。

次に、12 個目の回答を聞いて下さい；

回答十二

「ここにおいて、男性または女性がいて、驕慢でなく、過度に慢心でもなく、礼拝するべき人に礼拝し、立ち上がって敬礼するべき人に、立ち上がって敬礼し、座席を譲るべき人に、座席を譲り道を譲るべき人に、道を譲り、恭敬されるべき人を、恭敬し、

尊重されるべき人を、尊敬し、供養（＝布施、以下同様）をするべき人に、供養する。

この様な行為を履行し、従事するが故に、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は楽趣乃至天界に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は天界に生まれ変わらず、人として生まれ変わるならば、どこに生まれようとも、彼の身分は、常に高貴である。

学生よ。これが身分が高貴に到る道である、それはすなわち、不傲慢と不慢心であり、

礼拝するべき人に礼拝し、立ち上がって敬礼するべき人に、立ち上がって敬礼し、

座席を譲るべき人に、座席を譲り道を譲るべき人に、道を譲り、恭敬されるべき人を、恭敬し、尊重されるべき人を、尊敬し、供養をするべき人に、供養する（＋者の到る高貴の道である）。」

この点に関して、私は跋提尊者（Bhaddiya　Thera）を例に挙げたいと思う：彼女の母親は迦里果達（kaligodha）であり、釈迦族の地位の崇高なる女性であった。

跋提尊者は比丘たちの中で、出身が一番高貴な大弟子であった。過去、彼は勝蓮華仏の教化の時代にこの様な栄誉を得たいと発願した。その時、彼は一個の、非常に裕福な家

庭に生まれ、彼は、止禅と観禅の修行を含む、善業を累積した。迦葉仏とゴータマ仏の間のある一世において、彼は波羅奈城の一人の在家居士であった。彼は七人のパーチェカ仏がガンジス河の川岸で食事を取ると聞き、そこで、彼は彼らの為に、そこに石で作った七座の椅子を用意して、彼らが石の椅子に座って食事ができる様にした。これは、彼にとって、座席に座るべき人に座席を提供するという美徳であり、また、彼が高貴な出身の果報を得るために、累積した所の善業の一でもあった。彼は彼の最後の一世の時、迦毘羅衛城の皇室の家庭に生まれた。彼が釈迦族の内の、彼に属する所の一国を統治していた時、阿那律王子は、彼の仲のよい友人であった。

阿那律が母親に対して、出家を願い出た時、彼の母親は、出来れば諦めて欲しいという願いの元、もし、跋提王も出家するのであれば、阿那律に出家を許す、と言った。これは、この様に言えば、阿那律が出家を諦めるのではないか、と考えた故である。阿那律は、跋提王に会いに行き、彼は、跋提王の断りの理由に一つ一つ答えながら、己と一緒に出家し様と誘った。こうして、跋提王、阿那律及びその他の四人の王子は、みな共に、阿努比亜マンゴー園（Anupiya Mango grove）で出家したのである。聞く所によると、跋提は、出家した後の一番最初の雨安居の期間に、四無礙解智と共に、阿羅漢果を得たとのことである。阿羅漢果を証得して間もなく、跋提は、常に衆生かな樹木の下に座禅し、涅槃の楽に安住した。出定後、彼は往々にして、心からの喜悦によって、以下の様に言った：

’Aho sukhaṁ、aho sukhaṁ’――「ああ、本当に楽しい！ああ、本当に楽しい！」

その他の比丘がそれを聞いて、彼の禅修行に問題があるのか、または以前国王であった時の歓楽を思い出しているのかと思い、この事を仏陀に報告した。仏陀は人を派遣して、跋提を呼んで、面と向かって、この問題を問いただした。

跋提は答えて言った：以前、彼は宮廷に住んでいた。勿論、どこもかしこも、厳重に警備されていたが、それでも内心では、恐怖とストレスを感じていた；今、彼は一人で木の下にいるのだが、まったく畏怖もなく、内心は無為であるり、安穏として住している。これが、彼が「おお、本当の楽しい！」と感動に満ちて話す理由であった。過去世の善業の故に、跋提は、かつて連続して 500 世もの間国王であった；最後の、あの一世において、その時点では、まだまだ多くの高貴な身分の出身者がいたものの、仏陀は跋提を出身高貴第一の比丘であると宣言したのである。このことから：業が衆生の（＋身分の）高下を齎すのだということが分かる。

次に、13 番目の回答を聞いて下さい：

回答十三

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて、沙門または婆羅門を訪問した時、

『尊者、何が善ですか？　何が不善ですか？　何が過失ですか？　過失がないとは何ですか？　何を育成するべきですか？　何を育成するべきではないのですか？　どの様な行為が、長期的な痛苦を齎しますか？　どの様な行為が、長期的な安楽を齎しますか？』と質問しない。

この様な行為を履行し、従事する為に、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、苦界、悪趣、堕処、地獄に生まれ変わらず、人として生まれ変わったならば、どこに生まれ様とも、彼の智慧は暗愚（劣等な慧）である。

学生よ。これが智慧の暗愚に到る道であり、すなわち、沙門または婆羅門を訪問した時に、『尊者、何が善ですか？　何が不善ですか？　何が過失ですか？　過失がないとは何ですか？　何を育成するべきですか？　何を育成するべきではないのですか？

どの様な行為が、長期的な痛苦を齎しますか？　どの様な行為が、長期的な安楽を齎しますか？』と質問しない（＋事は、智慧の暗愚を齎す道である）。」

この經文に関して、この人が、悪道に堕ちる原因は、ただ単純に、彼が上に述べた幾つかの問題を質問しなかったということだけでなく、それらの質問をしない、という状況の下、どの様にして、正当な行為に従事してよいのか分からず、間違った事を実践してしまった事（＋が問題なのである）。これらの間違った行為と不善業のために、彼は悪道に生まれ変わるのである。

私は、須尼達尊者（Sunīta　Thera）の物語を語りたいと思う：過去のある一生の内、彼はちょうど村で托鉢をしていたパーチェカ仏に、軽視を伴って以下の様に言った：

「あなたは、他の人と同じ様に、手があり、足があるのであるから、あなたは、皆と一緒に仕事をして生活を建てなければならない。もし、あなたに何等の技術もないのであれば、あなたはゴミ箱のゴミとゴミを拾って生計を立てるべきだ。」なぜ、彼は、この様に間違った行為を実行したのであろうか？　というのも、彼は沙門または婆羅門に親しまず、何が善で、何が不善であうかを理解しようとせず、故に、彼は曖昧無知であった。智慧が暗愚である為、彼は間違った行為と悪業を累積したのである。彼は礼拝されるべき人を礼拝する事を知らず、恭敬されるべき人を恭敬する事を知らず、尊敬されるべき人を尊敬する事を知らず、奉仕するべき人に奉仕する事を知らず、供養するべき人に供養する事を知らない。反対に、彼は軽視の口調でもって、パーチェカ仏と会話した。

この悪業が原因で、身体が壊滅し　命尽きた後、彼は悪道に堕ちて苦を受けた。こうしたことから、愚痴（=愚かで無知な事）は、衆生の非常に危険な煩悩であることが分か

る。ゴータマ仏の時代、彼は王舎城の道路清掃者の家庭に生まれ、街道の掃除をする仕事によって、辛うじて、貧苦の生活を維持していた。ある日、仏陀は、須尼達が、過去世において、すでに充分な波羅蜜を蓄積しているのを見て、彼が阿羅漢果を証得する事を支援することができる、と考えた。そして、ある朝早朝、仏陀と 500 人の比丘は須尼達の所へ行った。その時、彼はちょうど街道を掃除して、ゴミ箱の中のゴミと廃棄物を拾っている最中であった。

彼は仏陀を見ると、心中に敬意の心が充満し、自分がどこに立てばいいのか分からない程で、結局、壁に背を沿わして、直立して立っていた。仏陀は近づいて行き、出家して比丘になりたいかどうか、訊ねた。彼は、非常に、出家して比丘になりたい、と願っていると答えた。仏陀は以下の様な言葉で、彼の出家を受け入れた：「善来、比丘、法は已に善く説かれた、究極苦を離れるために、梵行を堅持せよ。」仏陀は須尼達を連れて寺院に戻り、彼に禅修の業処を教導した。須尼達は、当該の業処の修行に励んだ後、阿羅漢果を証得した。その後、多くの天神と（＋天）人が、彼に礼拝しに、やってきた。

須尼達は彼らに、己自身が証悟することが出来た修行方法を教導した。こうしたことから：業が衆生の高下を齎す、事が分かる。

次に、14 番目の答えを聞いて頂きたい：

回答十四

「ここにおいて、学生よ。男性または女性がいて、沙門または婆羅門を訪問した時、

『尊者、何が善ですか？　何が不善ですか？　何が過失ですか？　過失がないとは何ですか？　何を育成するべきですか？　何を育成するべきではないのですか？　どの様な行為が、長期的な痛苦を齎しますか？　どの様な行為が、長期的な安楽を齎しますか？』と質問する。

この様な行為を履行し、従事する為に、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は楽趣乃至天界に生まれ変わる。しかしながら、もし、身体が壊滅し、命尽きた後、天界に生まれ変わ

らず、人として生まれ変わったならば、どこに生まれ様とも、彼の智慧は高く超越している。

学生よ。これが智慧の暗愚に到る道であり、すなわち、沙門または婆羅門を訪問した時に、『尊者、何が善ですか？　何が不善ですか？　何が過失ですか？　過失がないとは何ですか？　何を育成するべきですか？　何を育成するべきではないのですか？

どの様な行為が、長期的な痛苦を齎しますか？　どの様な行為が、長期的な安楽を齎しますか？』と質問する（＋者の、智慧が高く超越する道である）。』」

この点に関して、単純にただ、これらの問題に関して質問するだけで、智慧のある人になる訳ではない。問題を質問した後、法に基づいて実行しなければならない。

摩訶倶稀羅尊者（Mahākoṭṭhika　Thera）は、非常によい例である。勝蓮華仏の時代、彼は一人の在家居士でったが、勝蓮華仏が一人の比丘を、無礙解智（paṭisambhidāñāṇa）第一の大弟子であると宣言するのを見徹底的、未来物の教化の時代に、同様の栄誉を得たいと発願した。この目標を達成する為、彼は仏陀と 10 万人の比丘に親しみ、七日間、飲食を布施し、かつ最後に、彼らに三枚の袈裟を供養した。この種の心願を達成する為には、三蔵聖典を学習し、註釈及び疑問の部分を研究し、仏法を恭しく、尊敬の念でもって聞き、かつ、実際に止禅と観禅を修行し、行捨智の段階に到達しておかねばならない。あの時の人類の寿命は、10 万歳であったが、彼のあの一生の中において累積した所の、上に述べたあれらの波羅蜜は、四無礙解智を伴う、阿羅漢果を証悟するときに必要とされる修行方法でもある。

摩訶倶稀羅尊者は、過去世において、己自身の願望を達成するために、まさにこの様に波羅蜜を実践していたのである。最後に、彼は願望を達成して、彼はゴータマ仏の弟子の中において、無礙解智第一の者になったのである。彼の最後の一生において、彼は舎衛城の裕福な家庭に生まれた。父親は阿摂拉亜那（Assalāyana）であり、母親は旃陀瓦第（Candavatī）である。彼はウェーダに精通し：仏陀の説法を聞いた後、出家して修行に精進し、かつ、久しからずして阿羅漢果を証得した。彼は常に仏陀や、同修の比丘たちに仏法を質問したが故に、彼は非常に無礙解智に精通していた。まさにこのことが原因で、仏陀は《中部・根本五十經篇、大方広經》（majjhima　Nikāya、Mūlaoannasa、Mahāvedalla　Sutta）において、彼を無礙解智第一の大弟子であると、宣言したのである。この経の中において、摩訶倶稀羅尊者が、シャーリプトラ尊者に対して提出した所の回答は、非常に深く、玄妙であった。異なる部のニカーヤにおいて、摩訶倶稀羅尊者とその他の傑出した尊者との間の討論が描写されている。

シャーリプトラ尊者は、相当、摩訶倶稀羅尊者を敬い、重視していた様である。

《長老偈》（Theragāthā）には、シャーリプトラ尊者が、摩訶倶稀羅尊者の卓越した徳行を讃嘆する三首の偈があるが、それは以下の通りである。内心の寂静と善は、自ら護る、掉挙なく、智慧に基づいて言説する、彼は一切の邪悪の法を一掃し、風が吹いて枯れた木の葉の様である。内心の寂静と善は、自ら護る、掉挙なく、智慧に基づいて言説する、彼は一切の邪悪の法を断じ除き、風が吹いて枯れた木の葉の様である。内心の寂静によって、安穏であり、無憂であり、徳行が明浄で垢による汚染が全く無く、持戒清浄で、智慧深く、彼は一切の衆なる苦を滅尽した者である。

引き続き、《小業分別經》の結論を聞いて下さい：

「ここにおいて、学生よ。短命を齎す道は、人を短命にさせ；

長寿を齎す道は、人を長寿にさせ；多病を齎す道は、人を多病にさせ；

健康を齎す道は、人を健康にさせ；醜悪を齎す道は、人を醜悪にさせ；

美しさを齎す道は、人を美しくさせ；

影響力の無さを齎す道は、人を影響力のない者にさせ；

強い影響力を齎す道は、人に強い影響力を齎し；貧困を齎す道は、人を貧困にさせ；

裕福を齎す道は、人を裕福にさせ；身分の低さを齎す道は、人を低い身分の者にさせ；

高貴を齎す道は、人を高貴にさせ；智慧の暗愚を齎す道は、人の智慧を暗愚にさせ；

智慧の高く超越するを齎す道は、人の智慧を高く超越させる。衆生は己自身の造（ナ）した業の所有者であり、業の継承人である；彼らは業から始まり、業に結縛され、業を拠り所にする。これによって、業が衆生の高下を齎すのである。」

上に述べたこれらの物語の中において、我々は、多くの卓越した尊者は、過去世において、波羅蜜を積んだ経過を読み取ることができる。彼らは善業、例えば布施、持戒、止禅と観禅の修行などを累積した。しかし、無明、愛、取の多様化によって、業もまた多様化したのである；業（業識 kammaviññāṇa）の多様化によって、彼らもまた多様化する。同様の原則は、不善業が熟した時に状況に適用することができる。次に私は引き続き《皮帯束縛經》を、解説したい。仏陀は經の中において以下の様に言う：

「比丘たちよ。一人の画家またはペンキ職人は、染料、膠または顔料、藍、茜草を使って、すでに磨き上げた平な板、壁、または布の上に、すべての特徴を持つ男性または女性を描き出す。

同様に、比丘たちよ。未だ法を聞いたことのない凡夫が、何かを成す時、ただ色を成し、ただ受を成し、ただ想を成し、ただ行を成し、ただ識を成す。」

いま、法を聞いたことのない凡夫は、毎日身体、言語及び意念による行為を行う。これらの行為は、善または不善の行または業であり、その根源は無明、愛、取、行である。

法を聞いたことのない凡夫が、煩悩を無余に滅尽せしめるに到る道を修行しないのであれば、上に述べた無明、愛、取、行及び業は、それらの果報、すなわち、五取蘊を、生じ続けているのである。世俗諦に基づくと、これらの五取蘊は、男性とか、女性とか呼ばれる。善業は美しい男性や女性を生み；不善業は醜悪な男性や女性を生む。故に、善業または不善業を累積することは、ちょうど、すでに綺麗に磨き上げた平らな板、壁または布の上に、男性または女性の形象を描き出す様なものである。善くて巧みな画家は、美しい男性または女性の像を描き；劣った画家は、醜悪な男性または女性を描き出す。同様の理で、愚昧で、いまだ法を聞いたことのない凡夫は、不善業を累積する；理智があり、すでに法を聞いた凡夫または有学聖者は、善業を累積する。

私は、上に述べた事柄の含意を明確にするために、例を挙げて説明する。

旃普迦尊者（Jambuka　Thera）

迦葉仏の時代、旃普迦は一人の比丘であり、ある在家の施主に護持されていた。ある日、一人の阿羅漢比丘が彼の寺院にやってきた。在家施主は、非常に喜び、特別に慇懃にこの阿羅漢比丘の世話をした；彼は豊かな飲食と袈裟を布施し、理髪師を呼んで剃髪してもらい、かつ、ベッドを一張、睡眠用に提供した。元々ここに住んでいたあの比丘（後の旃普迦）は、施主が、客比丘をこの様に慇懃に対応するのを見て、心内に大きな嫉妬を生じた。彼は己自身の心をコントロールすることが出来ず、嫉妬によって征服されてしまった。彼は、ありとあらゆる方法でもって、施主が客比丘に対して、最悪の印象を持つ様にせしめた。彼はあまるさえ、客比丘を侮辱して以下の様に言った：

1、あなたは穢い物を食べればよい、この家の施主の食べ物を食べるな。

2、あなたは、扇椰子の葉で出来た櫛で頭を整えればよい、彼の理髪師を呼ぶ必要はない。

3、あなたは裸体でよい、彼が供養した袈裟を着てはいけない。

4、あなたは地面に寝るのがよい、彼が供養したベッドに寝てはいけない。

己自身の嫉妬心を克服できないが故に、ちょうどその時、彼は醜悪な人物像を（＋己自身でもって）描いているのである。あの客比丘は彼が自身が原因で、引き続き罪を造（ナ）すのを避けるために、二日目にそこを離れた。この不善業のために、旃普迦は２万年修行したものの、しかし、成果を得ることはなかった。死後、彼は阿鼻地獄（Avīci）に生まれて、二尊の仏の間の期間、熱さに苛まれた。また、彼の最後の一生も同じこと

であって、多くの年月、彼は人から譴責された。 彼は迦葉仏の時代に善業を累積していたので、彼は王舎城の裕福な人の家に生まれた。しかし、上に述べた様な不善業の為に、嬰児の時から始まって、彼はただ糞便をのみ食べ、他の物は一切、食べなかった；彼はいつも、生まれたばかりの赤子の様に、裸であった、衣服があっても、着続けることができないのである；彼は地面の上に寝て、ベッドに寝ることはなかった；長じて、彼は邪命外道（Ājīvaka）に従って出家した。あれら邪命外道は、扇椰子の櫛で、頭髪を引き抜いた。邪命外道が、彼が糞便等の汚物を食べるのを発見して、彼を追い出した。彼は裸体外道として、一人で暮らし、各種の苦行を修行した。彼は、草の葉の先端に少しばかりのバターか、はちみつをつけたものを舌の上に乗せる振りをする以外、その他の如何なる供養も受け取らなかった。実際、彼は夜にこっそり糞便を食べていたが、この様ではあっても、彼の苦行の名声は四方に轟いたのである。

彼が 55 歳の時、仏陀は、彼の過去世の善業が果報を結成せんとしている事を知って、彼の住居を訪問し、彼の住居の近くの洞穴に住んだ。その日、旃普迦は、威厳赫赫の天神が、仏陀に礼拝しに来たのを見徹底的、内心に深く敬服を覚え、故に、次の朝仏陀に教えを乞いに来た。仏陀は、彼に、今の世に、これほど長期的に苦行しなかればならなかったのは、過去世の悪業が原因である事を告げ、また、彼に誤った行為を放棄する様に言った。仏陀が開示した時、旃普迦は、己の裸体に恥じ入ったので、仏陀は、一枚のタオルを渡し、身体を覆う様に言った。仏陀の開示を聞き終わると、旃普迦は阿羅漢果を証得した。鴛伽（Aṅga）と摩竭陀（Magadha）の住民が、供養の品を持って彼に会いに来たとき、彼は神通を顕現し、仏陀に礼拝して、仏陀は己の老師（＝指導者）であると宣言した。この様に、業が衆生の高下を齎すのである。次に、旃闍摩那祇が描いた絵を見て頂きたい。

旃闍摩那祇（Ciñca-māṇavikā）

旃闍摩那祇は、ある教派旃の外道女（paribbājika）であった。彼女は非常に美しく、その美しさは、人の心を動かす程であった。この一派の異教徒が、仏陀の信者が益々増えて、彼らの供養の品が減って行くのを発見した時、彼らは、旃闍摩那祇に、仏陀の名誉を破壊する陰謀に手助けしてくれる様に頼み、彼女に、祇園精舎に仏陀を礼拝する為に訊ねる振りをする様に依頼した。彼女は、わざと、夕方、祇園精舎に行く様子を人々の目に着く様にし、夜は、祇園精舎の近くの、その派の異教徒の持ち場で夜を過ごし、次の朝、早朝、彼女が祇園精舎の方向から、（+自宅へ）向かう様に見える様にした。人々が彼女に尋ねると、彼女は、仏陀と夜を共にしたのだと答えた。何か月の後、彼女は一個の木製の円盤を腹部に括り付けて、懐妊したかの様に偽装し、仏陀の面前に来た。

仏陀がまさに多くの人々に開示をしている時、彼女は、仏陀を指さして、無責任であり、また、情義を顧みず、彼女の出産のために、何等の準備もしな、と責めた。

仏陀は黙して語らなかったが、忉利天の帝釈の座位が熱を発し、彼に人間界において、彼が処理せねばならない事件が起きたことを知らせたので、彼は、一匹の鼠を派遣して、木盤を縛り付けている紐を、噛み切らせた。木盤が落ちて、旃闍摩那祇の足の指を切り落とした。彼女はその場にいた人々によって寺院を追い出された。彼女が寺院の大門を出る時、地獄の猛火が即刻彼女を飲み込んだ。これが、衆生が己自身の内心の煩悩によって汚染されている状況である。聞く所によると、仏陀が旃闍摩那祇から、この様に不名誉な叱責をされたのは、過去のある一生において、彼が一人のパッチェカ仏を侮辱したことがあるから、である。次に、小善賢（Cūḷasubhaddā）の絵を見て頂きたい。

みなさんは、これを見て、一幅の美しい絵であるかどうか、ご自分で判断して頂きたい。

小善賢（Cūḷasubhaddā）

《六牙本生經》（Chaddanata　Jātaka）は、我々の菩薩の本生の物語である。その一世、彼は一頭の、名を六牙（Chaddanta）という象王であった。これは、舎衛城の一人の比丘尼に関して話された時の物語である；ある日、その比丘尼が祇園精舎において、仏陀の開示を聞いている時、仏陀の完全なる品格を敬慕するあまり、己自身の過去生において、彼の妻になったことがあるのではないか、それを、知りたいものだと、思った。

その時、宿命智（jātissara-ñāṇa）が即刻、彼女の心中に生じ、彼女は、一生また一生と、過去世を思い出した。過去において、彼女は六牙象王の妻小善賢であった、その一世の記憶が、彼女の心中に生じた。彼女は非常に喜んで、歓喜の余り笑い出した。

しかし、彼女はまた、考えた；己自身の夫のために、その利益を考慮する妻は非常に少なく、大多数の女性は己自身の夫の利益の事を考えない。故に、彼女は己自身は、夫の利益を考えるよい妻であったかどうか、知りたいと思った。

彼女が更に一歩進んで、回想している時、彼女は、己自身が夫を死に至らしめた事を知って、大いに泣き始めた。その時、仏陀は、六牙本生の物語を語っていた時であり、故に、比丘尼が一時は笑い、一時は泣くという事柄についての説明をした。ある一世、菩薩は、六牙象族の象王として生まれた。彼らの族群は、合計で 8000 頭の象がいた。

過去世での業の累積により、彼らはみな天空を飛ぶことができた。菩薩の身体は純白で、顔と足は赤かった。彼が立つと、彼の身体の六つの部分が地面についた、すなわち、四つの足と、鼻と牙であった。彼は六牙湖の傍の金色山窟（Kañcanagūhā）に住んだ。

彼の主要な伴侶は、大善賢（Mahāsubhaddā）と小善賢（Cūḷasubhaddā）であった。

ある日、六牙象王は、沙羅（Sāla）樹林の中の沙羅の花が満開であると聞き、象群を引き連れて、そこへ行った。六牙象王は、その身体でもって、一本の沙羅樹を重撃し、内心の喜びを表現した。その重撃のため、沙羅樹の枯れ枝、葉、及び赤蟻が小善賢の上に降りかかり、沙羅の花は、大善賢の上に落ちた。その原因は、その時ちょうど一陣の風が吹いて、小善賢が風下にいて、大善賢が風上にいたが故であった。これはただ、風の吹く方向の問題にすぎず、六牙象王に悪意はなかったものの、しかし、小善賢は、この事に大いに不満であって、常に恨んだ。

暫くして、六牙象王と、すべての象は、みな、500 人のパッチェカ仏、彼らはみな、摩訶波陀瑪瓦第皇后（Queen　Mahā-Padumavatī）が生んだ子供達であるが、に果物と日用品を供養する機会があった。ある日、六牙象王は、500 人のパッチェカ仏に供養をしている時、小善賢はもまた、彼らに野生の果物を供養し、一つの願を発したのである。彼女は、まさに一幅の絵を描き出した。彼女はパッチェカ仏は、徳行が最高の人、無上の福田であることを理解していた；そして、小善賢を含む、すべての象もまた、徳行のある者であった；供養の物品は正当な方法で森林から得たものであり；供養の前、供養の時、供養の後において、彼女は、業には非常に大きな果報がある事を深く信じていた；彼女もまた、戒行の良好な者の願望は、その清浄なる戒行によって、円満に達成できる事を理解していた。その時、彼女は、出来うる限りの緻密さで、すべての特徴を持つ、一人の女性の像を描き出した：

「尊者、この功徳をもって、身体が壊滅し、命尽きる時、

1、私をして、摩達王（King　Madda）の家に生まれせしめて、王女となれます様に。

2、私の名前は、善賢（Subhaddā）であります様に。

3、私は、波羅奈国王の皇后になれます様に。

4、私は波羅奈国王を説得して、私の心願が実現します様に。

5、私は一人の猟師を指名し、派遣して、六牙象王の牙を切り取れます様に。

なぜ、彼女は、摩達王の家に生まれて、王女になりたいという願を立てたのか？

というのも、彼女は、一人の男性を説得して、己の手伝いをさせて心願を実現するには、美しい美貌は絶対に必要であることを理解しており、また、摩達王家は、美女を産じる家系であるが故に、彼女は摩達王の王女になりたいという願を立てたのである。彼女は、波羅奈王の勢力は、その他の国より更に強大であることを理解していたが故に、彼女は、波羅奈王の皇后になりたいという願を立てたのである。この様に、絵を描いた者の願望に沿って、すべての特徴を具備する所の、女性の形象が人類世間の中において、顕現したのである。その結果、彼女は、身体が壊滅し、命尽きた後、願った通りに、摩達王家に生まれ、その後、波羅奈王の皇后になった。彼女が皇后――地位が最高の女性――に

なった後、理論的には、森林の中の一頭の動物への怨恨など忘れ去ることが出来る様に思うのだが、しかし、彼女はこの恨みを忘れることなく、六牙象王を許すことがなかった。彼女は己自身の心を制御することができなかったのである。

故に、あなたが業を造（ナ）す時、ぜひ、この物語を思い出してほしい。というのも、業が熟する時、その果報から逃れることは非常に難しいが故に。我々は、その続きがどうなっているか、見てみようと思う：彼女は、心内に前世の恨みを抱え、どの様にして、六牙象王の牙を切り落とせばよいか、謀略を重ねた。彼女は、国王のすべての猟師を呼び集めて貰い、その中から、名を所努達拉（Sonuttara）という猟師に、この任務を遂行する様に言った。善賢は六牙象王が、黄色い袈裟を着ているパッチェカ仏を、非常に尊敬している事を熟知していたので、彼女は所努達拉に黄色い袈裟を着させた、というのも、この様にしれば、六牙象王は彼に危害を加えないが故に。所努達拉は、七年七か月と七日の時間をかけて、ようやく六牙象王の住居にたどり着いた。彼はそこで大きな穴を掘り、上を覆って隠した。象王がその穴に落ちると、彼は象王に毒矢を射た。六牙象王は、己が被害に遭っているのに気が付いた時、即刻所努達拉を攻撃しようとしたが；しかし、所努達拉が黄色の袈裟を着ているの見たため、六牙象王は、己自身を克己して、彼を攻撃しなかった。所努達拉が、自分が彼を殺しにきた理由を述べた後、象王は、彼に自分の牙を切り落とす様に言ったが、所努達拉の力では、その牙を切り落とすことができなかった。その時、六牙象王は、すでに傷付いてはいたが、また下顎が鋸で切られて、大きな傷口を開けていて、耐え難い痛みがありはしたが、しかし、象王は、己自身の鼻でもって、鋸を持って、己自身の牙を切り取って、所努達拉に渡し、その直後に死んだのであった。

所努達拉は、象牙の神奇な力でもって、七日の内に、波羅奈に戻ってきた。善賢が己が派遣した人によって、己自身、前世に愛した夫が惨殺されたと知った時、彼女の心も砕け散って、死んでしまった。こうしたことから、我々は理解しなければならない：報復したいと思う心は、内心の混乱を引き起すだけであって、それが自己の破滅を齎すのである。この物語の啓示する所を覚えておく事。我々は寛大な心根を育成して、一切の怨恨を溶かし、胸襟を広くする事。というのも、我々は以下の事を知っているが故に：内に怨恨を持つ心は、己自身に非常に大きな傷害を齎すが、それは、如何なる人間が我々に齎す傷害より、なお大きいものがある。このことから、衆生は己自身の心内の煩悩によって汚染されることが分かる。次に、大蓮華辟支仏の描いた絵を見てみよう；

大蓮華辟支仏（Mahāpaduma　Pacchekabuddha）

迦葉仏の時代、彼はすでに辟支仏となるための、波羅蜜を二阿僧祇と 10 万大劫の長きに亘って累積していた。迦葉仏の時代、彼は比丘の身分で、波羅蜜を二万年累積した。

そして、身体が壊滅し、命尽きた後、彼は波羅奈王の司庫（＝財産管理人）に生まれ変わり、国王の宝庫を管理した。その一生の中において、彼は他人の姦通したのである。

その邪淫の不善業により、彼は死後、地獄に生まれ変わった。地獄で苦を受けた後、彼は司庫の家の女児として生まれ変わった。彼の母親は、懐胎の時期、いつも熱さを感じて苦悩した；彼女は胎内にいて、同じ様に、熱さを感じて苦しんだのであるが、これは、彼女が地獄から、直接人間界に転生してきたのが原因である。彼女は常にこの痛苦を覚えていた。彼女は美しかったが、しかし、過去世の邪淫業の為に、彼女の父母さえも、彼女を嫌悪したのである。その後、彼女は結婚したが、彼女の夫は、彼女を愛することはなかった。みなさん、この物語によって、我々は、人々が、邪淫業を犯した人を、如何に嫌悪するかを覚えておく様に、という啓示であることが分かるのである。彼女の夫は彼女を嫌い、彼女を守ることなく、その他の女性とお祭りに出かけた。

ある日、彼女は涙をためて夫に訴えた：

「転輪聖王の娘であっても、夫に満足して貰いたいと思って生きている。貴方の行いは、私を苦しめ、傷心で砕け散りそうだ。もし、貴方が私を守るのが嫌なのであれば、私を実家に帰して下さい。もし、貴方が私を愛しているのならば、この様な不義な行動は止めて下さい。」

彼女はこの様に言って、夫にお祭りに連れていってくれる様頼んだ。お祭りの日、彼女は夫がすでに公園に向かったと聞いたので、従者たちと共に、食物と飲料を持って、夫の後を追った。道すがら、彼女は、滅尽定から出定したばかりの辟支仏に出会った。

辟支仏は、彼女を助けてあげたいと思った。彼女は馬車から降りて、辟支仏の鉢一杯に食べ物を入れて、その後に辟支仏供養した。辟支仏が彼女の供養を受け取った後、彼女は以下の様な願を立てて、衆生の形象の絵を、描きだした。

1、尊者、私は未来の一世毎において、蓮の花の中に化生したい。

2、未来の、一世毎に、皮膚が、蓮の花の色と同じでありたい。

3、未来の一世毎に、男性でありたい。

4、私に出会う人が皆、私を好きになって欲しい。

5、あなたの知っている法を、私もすべて知りたい。

なぜ、彼女はこの様に生命を願うのであろか？　というのも、彼女が母親の胎内にいた時、すでに胎内にいる苦しみを味わい尽くしたため、彼女は蓮の花の中に化生したいと願ったのである。彼女は非常に、蓮の花の色を愛した為に、彼女は己自身の皮膚の色が、蓮の花の様であって欲しいと願った。彼女は女性になることで各種の苦痛に出遭っ

た為、彼女は女性である事を嫌い、故に生生世世、男性になりたいと願った。父母も例外ではなく、誰でもが彼女を嫌ったために、誰でも彼女に出会う人は、彼女の事を好きになって欲しいと願った。最後に、彼女は過去世において、すでに、充分な波羅蜜を累積していたが故に、辟支仏が了知している法を、自分も了知したいという願を立てた。ここにおいて、彼女は生死輪廻の布の上に、一個の、すべての特徴を有する男性の形象を描きだしたのである。その時、彼女の過去世の不善業の果報が消滅した。彼女の夫は、忽然と彼女を思い出して、人に命じて、彼女を呼びにやった。

この時から、彼女の夫が非常に彼女を愛したばかりでなく、誰もが、彼女を好きになった。この一世の後、彼女は天界の蓮の花の中に生まれ変わり、男性の天神になった。その名を大蓮華（Mahāpaduma）と言う。彼女は、天界の中において、上々下々と多くの世を流転した。その後、帝釈天王の提言で、彼の最後の一世は、波羅奈王公園の中の蓮の花の中に生まれた。波羅奈王の皇后に子供がいなかったが、公園の中の蓮の花を見た時、その蓮の花を非常に好ましく想い、人に命じて、それを摘み取らせた。その結果、蓮の花の中に、一人の嬰児がいて、それは揺り籠の中で眠っているようであった。彼女は嬰児を養うことにして、豊かな環境の中で育てた。誰でも彼を見た人はみな、彼を、非常に好きになった。宮殿では、2 万人の女性が彼に従事した、というのも、国王が以下の様な宣告を発布したが故に：この嬰児――大蓮華王子（Prince　Mahāpaduma）――を保育出来る女性には、1000 元の報酬を与える、と。

これが、なぜ宮殿には、これほどの多くの人々が彼に従事するのかという、理由である。彼が 13 歳まで大きくなった頃、彼はこれらの従者に嫌悪を感じる様になった。ある日、彼が宮殿の大門の外でふざけていた時、一人の辟支仏がこちらに向かってくるのを見たが、彼は、辟支仏に宮殿に行かない様にと言った、というのも、宮殿の人々は、宮殿に来て食べたり、飲んだりする人を虐めることがあるが故に。その為、辟支仏は身を翻して立ち去った。王子は心内で非常に後悔した。というのも、多分、辟支仏に失礼をしたのだと思い、象に乗って、辟支仏の住まいに向かい、彼に謝罪し様と思った。道の途中で、彼は象から降りて、徒歩で向かった。辟支仏の住居の近くまで来たとき、彼は従者全員を帰らせて、己一人で引き続き前進した。彼は、辟支仏の住居に人がいないことを発見して、そこに座って観禅の修行をし、結果、辟支仏果を証悟して、諸々の漏を断じ尽くし、究極的な心の解脱に到達したのである。こうしたことから仏陀は言う：「故に、比丘たちよ。常に己自身の心を反省しなければならない：『長い時間、この心は常に、貪、瞋、痴によって汚染されてきた』

比丘たちよ。衆生の心は煩悩によって汚染される；衆生の心は清浄を通して、浄化される。」

次に素馨（Sumanā）の絵を見てみよう。

素馨（Sumanā）

聞く所によると、毘婆尸仏の時代、彼女は、非常に裕福な家庭に生まれたが、しかし、彼女の父親が死んでしまった、という。当時の人々は、確実な決意の下、国王に要求を出して後、ようやく、仏陀と 10 万人の比丘に供養する事を許可された。（＋ある時ある）将軍が、供養の一番初めの日に、仏陀と僧団に家に来て頂いて、彼らに布施する栄誉を獲得した。素馨は外で遊んだ後、家に戻ってみると、母親が泣いていた。彼女は母親になぜ泣くのかと聞くと、母親は答えた：

「もし、あなたの父親が在世ならば、仏陀と僧団を供養する栄誉は、我々が一番に得ていたに違いない。」

素馨は、母親を慰めながら言った：

「その栄誉は私たちのものよ。」

そして、彼女は、金色のお椀に美味しい乳粥を入れ、もう一つの碗で蓋をし、その二つの碗をジャスミンの花で包んで、従者と共に出かけた。

将軍の家に向かう時、彼女は将軍の部下に行く道を塞がれた；しかし、彼女は好意的な話をして、彼女に道を譲る様に頼んだ。仏陀が来た時、素馨は、ジャスミンの花輪を、仏陀に供養したいのだと言い、あの二つの、ジャスミンの花輪で包んだ、金色の碗を仏陀の鉢の中に入れた。仏陀はその供養の品を受け取った後、それを在家居士に渡し、将軍の家に持って行く様に言った。その時、素馨は、以下の様な願を立てた。それは、人界と天界の布の上に、すべての特徴を持つ善き女性の形象である；

1、私の今後の一世毎の生活において、無憂無慮である事。

2、誰でもが、ジャスミンの花の様に、私を愛してくれる事。

3、私の名前を素馨と呼ぶこと。

仏陀は将軍の家に到着した後、彼らが正餐の前に、スープを仏陀に供養しようとした時、仏陀は手で鉢口を押さえ、すでに誰かが、乳粥を供養してあるのだ、と言った。この時、素馨の金色の碗を持ってきた在家居士が、碗の中の乳粥を、仏陀に供養し、又逐一、比丘にも供養した。彼は、この様に心を込めて、尊者各人に乳粥を配った為に、乳粥は、仏陀と 10 万人の比丘の食用に、充分に足りたのである。この奇跡は、素馨の強

固な、善を行いたいという意志から生まれたものである。仏陀と僧団は、乳粥を食した後、将軍が豊富な、美食の食べ物を供養した。食後、将軍が、誰が乳粥を供養したのかと訊ね、その答えを聞いて、素馨の勇気に深く感服して、彼女に家に来る様にと招待し、その後、彼女を妻として娶った。その時から、彼女の一世毎の名前は、常に素馨であり、かつ、一世毎に、出生する時には、ジャスミンの花が散り落ちて来て、膝の高さにまでなるのであった。

最後の一世において、彼女は憍薩羅国王の娘として生まれた。波斯匿王子の姉妹である。彼女が七歳の時、彼女は、彼女と同じ日に生まれた女友達と共に、花瓶と花を持って、仏陀を供養した。仏陀の開示を聞いた後、彼女は、ソータパナ果を証得した。彼女は、仏陀の卓越した優婆夷弟子の中において、一番（＋優秀）であった。ある日、彼女と 500 人の皇族の少女が、500 輌の皇家の馬車に乗って、仏陀に会いに行った時、彼女は仏陀に、布施の功徳に関しての質問をした。仏陀の回答は、業果の多様化の問題に及んでいる為、我々は、以下の様な、簡単な解説をしたいと思う；

彼女は仏陀に問うた：

もし、信心（=確信）があり、戒行と智慧もまた同様に卓越している二人の弟子がいて、その中に一人はよく布施をし、もう一人は、布施をしないならば、彼らの間には、何か違いが生じるでしょうか？

仏陀は答えて言う：

彼らが、天界または人界に生まれ変るとして、かつて布施を行った、その人の寿命、容貌、安楽、栄誉と力量は、もう一人の人より、卓越することになる。更に遠い来世にあっても、彼らが出家してサンガに加入する時も、彼らの間には差異が生じる。この差異は、彼らが阿羅漢になって初めて、解消される。というのも、二人の阿羅漢道智と阿羅漢果智は、全くの差異がないが故に。これが、仏陀が彼女の質問に答えた回答である。

《長老尼偈》（Therīgāthā）に基づくと、素馨は老年期にようやく出家して比丘尼になった、というのも、彼女は自分の祖母の面倒を見る必要があったが故に、出家が遅れたのである。彼女の祖母が亡くなって後、彼女は波斯匿王と共に祇園精舎にやって来て、毛布と絨毯をサンガに供養した。仏陀は、彼らに開示した。開示を聞いた後、彼女はアナーガミ果を証得した。彼女は出家を願い出て、かつ、仏陀が偈頌を述べた後に阿羅漢果を証得した。これらの物語を聞いた後、みなには以下の事を理解して頂きたい：

過去世において造（ナ）した所の業の差異によって、衆生には種々の差異が生じる；

そして、業の差異の根源は、無明、愛、取の差異である。故に、無明、愛、取の多様化を根源として、業の多様化が起こる；業の多様化は、すなわち、衆生の多様化を生じせ

しめる。究極諦の立場から言えば、衆生とは五取蘊の事である。総合すると、過去、未来、現在、内と外、粗いと微細、劣等と優秀、遠いと近いという 11 種類の五取蘊がある。善くて巧みな画家は、美しい五取蘊を描く；稚拙な画家は、醜悪な五取蘊を描く。

美しくても醜くても、劣等でも殊勝でも、それらは皆、無常（anicca）・苦（dukkha）・無我（anattā）である。

故に、仏陀は第二部の《皮帯束縛經》の中において、以下の様に開示する：

「比丘たちよ。まさに一人の画家またはペンキ職人が、染料、膠、または郁金粉、藍、または茜草でもって、すでに磨き上げた平らな板、壁、または布の上に絵をすべての特徴を持つ男性または女性の形象を描く。

同様に、比丘たちよ。法を聞いたことのない凡夫は、何かを造（ナ）す時、ただ色を成した、ただ受を成し、ただ想を成し、ただ行を成し、ただ識を成す。」

仏陀はまた続けて言う：

「あなた方はどの様に思うか？比丘たちよ。色は恒常であるか、無常であるか？」

「無常です、世尊。」

「当然無常である。ではそれは苦であるか、楽であるか？」

「苦です、世尊。」

「それらは無常で、苦で、変化して止まないものであるならば、それを『これ私のものである；これは私である；これは私の私である』と見做すのは適切であるかどうか？」

「当然、不適切です、世尊。」

「受は恒常であるか、それとも無常であるか？・・・

相は恒常であるか、それとも無常であるか？・・・

行は恒常であるか、それとも無常でるか？・・・

識は恒常でるか、それとも無常であるか？・・・」

これらの問答の中において、我々は五取蘊はみな、無常・苦・無我であることを了知することができる。それらを「私のもの」「私」または「私の私」と見做してはならない。次に仏陀は観禅の方法を以下の様に指導する：

「故に、比丘たちよ。一切の色に対して、過去のものであろうとも、現在の、未来の、内の、外の、粗いの、微細なもの、劣等なもの、殊勝なもの、遠い、近いに関わらず、みな、智慧でもって、それらを如実に

『これは私のものではない；これは私ではない；これは私の私ではない』

と見做さなければならないのである。一切の受に対して・・・一切の想・・・一切の行・・・一切の識に対して、過去のものであろうとも、現在の、未来の、内の、外の、粗いの、微細なもの、劣等なもの、殊勝なもの、遠い、近いに関わらず、みな、智慧でもって、それらを如実に

『これは私のものではない；これは私ではない；これは私の私ではない』

と見做さなければならないのである。

比丘たちよ。この様な認識を具備した後、善学の聖弟子は、色に対して厭離し、受に対して厭離し、想に対して厭離し、行に対して厭離し、識に対して厭離する。この様に厭離した後、彼は欲の汚染から遠く離れる。欲の汚染から遠く離れた後、彼は解脱を得る。

解脱を得た後、以下の様に智慧が生じる：『私はすでに解脱を得た』

そして彼は理解する：『生は已に滅尽し、梵行は已に立ち、成すべきことは成し終えた、後有を受けることがない』」

身見とその他の一切の煩悩を徹底的に断じ除く道

我々はすでに、如何にして 11 種類の五取蘊を観照するのか、という事を研究した；11 種類の五取蘊とはすなわち、苦諦である。我々はまた、如何に縁起を観照するのかを研究した；縁起とは集諦である。苦諦法と集諦法は、行法であり、観禅の目標（所縁）である。それらは、空無常、空無楽、空無我である。もし、それらを空と観照したいと思うならば、それらを交互に、繰り返し無常・苦・無我として観照しなければならない。

私は仏陀が莫伽羅闍（Mogharāja）に回答した話を引用して、更に一歩進んで上に述べた事柄を確認したいと思う；莫伽羅闍は、跋婆梨（Bāvarī）が仏陀に親しむ様派遣した、16 人の弟子の内の一人である。跋婆梨は、以前、波斯匿王の国師であったが、彼は年老いたので、己自身、自ら仏陀に親しむことができない為、弟子を派遣して、仏陀について学習させたのである。莫伽羅闍は、仏陀に以下の様な質問をした：

五取蘊世間をどの様に見做して初めて、死亡から離脱することができるのでしょうか？

仏陀は答えて言う：Suññato lokaṁ avekkhasu、Mogharāja sadā sato.

Attānudiṭṭhim ūhacca, evaṁ maccutaro siya. Evaṁ lokaṁ avakkhantaṁ, maccurājā na passati.

その意味はすなわち：「莫伽羅闍よ。11 種類の五取蘊の世間は、空無常、空無楽、空無我と見做さなければならない。常に、この様な正念を保たねばならない。もし、この様に、五取蘊世間を観照することができるならば、我見を捨棄することを通して、死亡

の魔手から脱離することができる。死亡の神は、世間をこの様に見做す人を見ることができない。」これが仏陀の回答である。

こうしたことから、禅修行者は行法の三相を観照する時、それを空無常、空無楽、空無我として観照するべきである。そうすれば、彼の観智は向上し、かつ徐々にではあるが、行法への畏怖と、好ましさを捨棄する事ができる。彼の行法に対する態度は、冷淡になり中立的になり、それらを「私」「私のもの」「自我（=本来の私）と見做すことはなくなり、それは、妻と離婚した男子の態度が、冷淡になるのと同じである。たとえば、一人の男性が、一人の美しく、可愛く、人を迷わす妻をめとったとして、彼は深く妻を愛し、乃至は、一刻も彼女から離れたくないと思う。この様に、彼は己自身の妻が、他の男性の傍に立っているのを見たり、談話したり、冗談を言ったりしているのを見たりしたならば、彼は怒り、不愉快で、心が不安になるに違いない。しかし、後になって、妻に多くの欠点があることを発見し、彼は妻を益々嫌いになり、妻から離れ様とする。最後に、彼は妻と離婚し、二度と妻を「私の」とは思わない。

この時から始まって、以前の妻の、どの様な振る舞いであっても、彼は二度と怒らないし、不愉快にならないし、心が不安になることもなく、冷淡で中立的でいられる。同様に、禅修行者は繰り返し何度も行法の無常・苦・無我の三相を観照した後、一切の行法を捨離したくなる、というのも、彼は行法の中において、何等「私」「私のもの」「自我（=本来の私）」というものはない、という事が知れたためである。彼は行法に対する畏怖と好ましさを捨離し、行法に対する態度は、冷淡で中立的なものとなる。彼がこの様に知見する時、彼の心は三有（欲有、色有、無色有）から退縮、退却して、もはや、外に向かって三有を執取することがない。彼の心中に中捨または厭離が建立される。ちょうど、少しばかり傾斜している蓮の葉の上の水滴は、退縮し、退却し、外に向かって分布することがないのと同じである。；同様に、禅修行者の心は、三有から退縮し、撤退し、退却する。まさに、家禽の羽毛または筋腱の破片を、火の中に放り込むと、退縮し、撤退し、退却して外に向かって広がらない様に；同様に、禅修行者の心は三有から退縮し、撤退し、退却する。彼の心の中において中捨または厭離が建立される。

この様に、彼には行捨智が生起する。もし、彼の観智が、涅槃（永恒の安楽）を寂静として知見する時、この智慧は、二度と、一切の行法の生起に注意を払うことなく、ただ、涅槃に投入するのみとなる。しかしながら、もし、彼の観智がいまさ涅槃を見ないならば、ただひたすら、行法をば目標として、引き続き、持続的にその三相を観照する。この様に不断に観照して、五根が熟した時、彼の観智は、涅槃に投入することができる。

四種類すべての聖道は、みな涅槃を知見する。

一番目の聖道智（Sotāpatti-maggaañāṇa）は、徹底的に、無余に、身見と懐疑を滅し除く。

二番目の聖道智（sakadāgāmi-maggañāṇa）は、貪欲と瞋恚怨恨の力を弱くする。

三番目の聖道智（anāgāmi-maggañāṇa）は、徹底的、無余に、瞋恚怨恨と欲界の貪欲を断じ除く。

第四番目の聖道智（arahatta-maggañāṇa）は、徹底的に、無余に、色界と無色界の一切の執着、昏沈と睡眠、驕慢、掉挙と無明を滅し除く。

もしソータパナ聖者になりたいならば、行法を空無常、空無楽、空無我として観照しなければならない。もし、サカダーガーミ聖者、アナーガーミ聖者、阿羅漢聖者になりたいのであれば、同じく、これらを観照しなければならない。もし、禅修行者が、一歩一歩、四種類の聖道智でもって涅槃を知見することができたならば、彼は、我見を捨棄することを通して、必ずや死の魔手から脱離することができる。死の神は、世間をこの様に見做す人間を見ることができない。これが、身見とその他の一切の煩悩を、徹底的に、断じ除く道である。

一日も早く、仏法を悟らんことを願って！

一日も早く、諸漏の断じ除かれんことを願って！

一日も早く、涅槃を証得されんことを願って！

（翻訳完了）