Pa-Auk 大長老著

NIBBĀNA GĀMINĪ PAṬIPADĀ

涅槃へと導く道

修行者実践のための
ダイジェスト版の解説

Part 7　Lakkhaṇādi catukka 四つの特相

Pa-Auk Tawya Meditation Center Pyin Oo Lwin(Maymyo)
パオ森林僧院ピンウールイン（メイミョウ支部）
Bhante Thumana（スマナ比丘）

目次

I Lakkhaṇādi catukka 四つの特相
1. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の修習…… 1
2. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna を修習しなければならない理由…… 4
3. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna それぞれの意味…….. 8
4. Rūpakkhandha 色蘊 28 種類……..…… 10
5. Rūpa を観る実践修習…… 17
6. Viññāṇakkhandha 識蘊……. 18
7. Vedanākkhandha 受蘊…… 23
8. Saññākkhandha 想蘊…….. 25
9. Saṅkhārakkhandha 行蘊……26
Sabbacitta sādhāraṇa cetasika 共一切心心所 5 種類……...26
Pakiṇṇaka cetasika 雑心所 6 種類……28
Akusala cetasika 不善心所 14 種類 ……..30
Sobhaṇa cetasika 浄心所 25 種類……36
Virati cetasika 離心所 3 種類……..41
Brahmavihāra cetasika 梵住心所 4 種類…….....43
Paññindriya 慧根 1 種類….....44
10. Nāma を観る実践修習..……...…….……46
11. Paṭiccasamuppāda aṅga 縁起十二支…..……....47
12. Paṭiccasamuppāda を観る実践修習……..53
13. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna で修習する目的...……..…… 54

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa.

阿羅漢であり正自覚者であるかの世尊に礼拝します。

I　Lakkhaṇādi catukka 四つの特相

1. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の修習

ここまで Rūpa 瞑想、Nāma 瞑想、Paṭiccasamuppāda 瞑想の修習をしてきました。今までの Rūpa や Nāma つまり五蘊を観る修習では Lakkhaṇa（性質）という Rūpa dhamma や Nāma dhamma に含まれている性質を観てきました。これから本格的な Vipassanā の修習をする前により智慧を鋭くするために Lakkhaṇa（性質）だけではなく Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）という 4 つの特相を観る修習をしていきます。Rūpakkhandha（色蘊）、Viññāṇakkhandha（識蘊）、Vedanākkhandha（受蘊）、Saññākkhandha（想蘊）、Saṅkhārakkhandha(行蘊)という Pañcākkhandha（五蘊）に含まれる Rūpa と Nāma と Paṭṭiccasamuppāda(縁起)に含まれるAṅga（支）それぞれを 4 つの特相により観て修習します。4 つの特相により観ることにより Paramattha dhamma をより深く理解するようになります。

Dīganikāya2-239（長部経典大念処経）,Majjhimanikāya1-78（中部経典念処経）の法の随観蘊の部ではお釈迦様は下記のように説かれています。

Idha, bhikkhave, bhikkhu – ‘iti rūpaṃ, iti rūpassa samudayo, iti rūpassa atthaṅgamo; iti vedanā, iti vedanāya samudayo, iti vedanāya atthaṅgamo; iti saññā, iti saññāya samudayo, iti saññāya atthaṅgamo; iti saṅkhārā, iti saṅkhārānaṃ samudayo, iti saṅkhārānaṃ atthaṅgamo; iti viññāṇaṃ, iti viññāṇassa samudayo, iti viññāṇassa atthaṅgamo’ti;

比丘たちよ、比丘たちはここに、

1−1　Rūpa とはこのとおりです。
1-2　Rūpa の生起とはこのとおりです。
1-3　Rūpa の消滅とはこのとおりです。
2-1　Vedanā とはこのとおりです。
2-2　Vedanā の生起とはこのとおりです。
2-3　Vedanā の消滅とはこのとおりです。
3-1　Saññā とはこのとおりです。
3-2　Saññā の生起とはこのとおりです。
3-3　Saññā の消滅とはこのとおりです。
4-1　Saṅkhāra とはこのとおりです。

4-2　Saṅkhāra の生起とはこのとおりです。
4-3　Saṅkhāra の消滅とはこのとおりです。
5-1　Viññāṇa とはこのとおりです。
5-2　Viññāṇa の生起とはこのとおりです。
5-3　Viññāṇa の消滅とはこのとおりです。
このように Pañcupādanakkhandha（五取蘊）の要素を何度も何度も観て修習します。
これは Satipaṭṭhāna（念処）の方法です。お釈迦様が Rūpa 瞑想修習をしている Yogī に対して省略した形で説示されました。お釈迦様は「これは rūpa です。これは Vedanā です。・・・・・」と心と心所を Pañcupādānakkhandha（五取蘊）に分けて観て修習するように何度も説明されています。Pañcupādānakkhandha を修習して Sammādiṭṭhi（正見）の智慧を得る為には一体どのように修習すればいいのでしょうか。その答えが Aṭṭhakathā（註釈書）2-53 や Ṭīkā（復註書）2-44,45,58 にあります。
「Rūpa はこのとおりです。」とは「これは Rūpa です。これだけが Rūpa です。他に Rūpa はありません。」という意味になります。1 つ 1 つの Rūpa はすべて違う形で変化して現れます。Sīta（冷たい）、Uṇha（熱い）という原因で前々に現れた Rūpa santati（色相続）と後々に現れた Rūpa santati は色々な形で変化して現れる Ruppanasabhāva（変化自性）であり、この自性により Rūpa は変化して生じることを知らなければなりません。また Rūpa は Bhūta rūpa（大種色）と Upādāda rūpa（所造色）の 28 種類があります。そして Rūpa には Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）という 4 つの特相があります。それらを自分の智慧により観てはっきりとこれは Rūpa である、と知らなければなりません。Vedanā に関しても「これは Vedanā です。これだけが Vedanā です。他に Vedanā はありません。」と同じように修習します。Vedanā には Sukha（楽）、Dukkha（苦）、Somanassa（喜悦）、Upekkhā（捨）があります。そのすべてを 4 つの特相で観なければなりません。Saññākkhandha、Saṅkhārakkhandha、Viññāṇakkhandha も同じように 4 つの特相で観て修習します。さらに Rūpakkhandha は対象が見える要素、Vedanākkhandha は対象を味わう要素、Saññākkhandha は対象を単純に知ること、Saṅkhārakkhandha はそれぞれの Dhamma が働くこと、Viññāṇakkhandha は対象を区別してはっきりと知ること、これらを 4 つの特相により知らなければなりません。
このように註釈書、復註書などには Pañcupādānakkhandha（五取蘊）の要素をすべて区別してはっきりと知らなければならない、と書かれています。
また注釈書には修習の際の注意として以下のように書かれています。
Anavasesa rūpapariggaho vutto (pa) anavasesa vedanā、saññā、saṅkhāra、viññāṇapariggaho vutto.
これは Rūpa、Vedanā、Saññā、Saṅkhāra、Viññāṇa という Pañcupādānakkhanda（五取蘊）のすべてを Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相によりはっきりと区別をして知らなければならない、という意味です。この

ように註釈書に書かれていることをよく注意して修習してください。つまり、

① Rūpa 1 つのみ。

② Nāma 1 つのみ。

③ Rūpa 1 つ、Nāma 1 つのみ。

このように Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）で修習することではありません。Rūpa、Vedanā、Saññā、Saṅkhāra、Viññāṇa などを Anavasesa（残さずすべて）自分の智慧で区別して修習してください。Rūpa 1 つのみ、Nāma 1 つのみ、あるいは Rūpanāma 1 つのみを修習して涅槃を証悟しようということは仏陀の教えからずれているということに注意してください。涅槃証悟を目指す修行者ならば、この注釈書に書かれている通り、五蘊のすべてを残さず四相で観る修習をしなければならないということです。このように四相で五蘊をすべて修習することによりお釈迦様の教えから外れることなく涅槃に向かうことができるのです。涅槃を目指す Yogī ならば下記の全てを観る修習をしてください。

1） Rūpa 28 種類の 1 つ 1 つに含まれているすべてを Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相で観て修習する。

2） Sukha vedanā（楽受）、 Dukkha vedanā（苦受）、Somanassa vedanā（喜悦受）、Domanassa vedanā（憂受）、Upekkhā vedanā（捨受）というそれぞれの Vedanā を Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相で観て修習する。

3） Rūpa saññā（色想）、Sadda saññā（声想）、Gandha saññā（香想）、Rasa saññā（味想）、Phoṭṭhabbā saññā（触想）、Dhamma saññā（法想）というそれぞれの Saññā を Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相で観て修習する。

4） Phassa（触）、Cetanā（思）、Ekaggatā（一境性）、Jivitindriya（命根）、Manasikāra（作意）など Saṅkhārakkhandha に含まれている Cetasika（心所）50 個を Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相で観て修習する。

5） Cakkhuviññāṇa（眼識）、Sotaviññāṇa（耳識）、Ghānaviññāṇa（鼻識）、Jivhāviññāṇa（舌識）、Kāyaviññāṇa（身識）、Manoviññāṇa（意識）というそれぞれの Viññāṇa を Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相で観て修習する。

「涅槃証悟を目指す Yogī ならば註釈書の Sayadaw が書かれた上記のことをしっかりと理解して記憶し、心の奥深くに留め置くように。」

このように Pa-Auk 大長老は書かれています。

2. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna を修習しなければならない理由

< Ugghāṭitaññu（鋭敏知者）、Vipañcitaññu（広顕智者）について >

Ugghāṭitaññu puggala や Vipañcitaññu puggala について第一巻の初めでも説明しましたが、大長老はここでもう一度これらの説明をされています。

Ugghāṭitaññu とは短い偈を聞いただけで四聖諦を理解し悟りを開くことができる人です。Vipañcitaññu とは 1 つの経典を聞いて四聖諦を理解し悟りを開くことができる人です。

「このようにすぐに悟りを開くことができる人はいつ Samatha 瞑想、Nāmarūpa 瞑想、Paṭiccasamuppāda 瞑想の修習をしたのですか。」という質問を受けることがあります。

短い偈を聞いただけで悟りを開いた Sāriputta 大長老や Mahāmoggallāna 大長老など Ugghāṭitaññu puggala や初転法輪や無我相経を聞いて悟りを開いた五比丘のような Vipañcitaññu puggala は悟りを開くと同時に Paṭisambhidā ñāṇa（無碍解智）を得ました。

< Paṭisambhidā ñāṇa（無碍解智）4 種類 >

Abhidhamma2-307,308,Visuddhimagga2-70.72 によると Paṭisambhidā ñāṇa は下記の 4 種類があります。

1） Atthapaṭisambhidā ñāṇa：義無碍解智
2） Dhammapaṭisambhidā ñāṇa： 法無碍解智
3） Niruttipaṭisambhidā ñāṇa： 詞無碍解智
4） Paṭibhānapaṭisambhidā ñāṇa：弁無碍解智

1） Atthapaṭisambhidā ñāṇa とは Dukkha sacca（苦諦）を知る智慧です。つまり原因により現れた結果の Dhamma をよく知る智慧のことです。
2） Dhammapaṭisambhidā ñāṇa とは Dukkha sacca の原因である Samudaya sacca（因諦）を知る智慧です。つまり原因の Dhamma をよく知る智慧のことです。
3） Niruttipaṭisambhidā ñāṇa とは Dukkha sacca、Samudaya sacca という Attha dhamma（義法）と Sabhāva dhamma（自性法）の言葉をよく使い分ける智慧です。特に Magada 国で使われていた Pāli 語をよく理解する智慧のことです。
4） Patibhānapaṭisambhidā ñāṇa とは Atthapaṭisambhida ñāṇa、 Dhammapaṭisambhidā ñāṇa、Niruttipaṭisambhidā ñāṇa を別の智慧でもう一度知る智慧のことです。

これらの Paṭisambhidā ñāṇa（無碍解智）を得るためには次の 5 つが揃わなければなりません。5 つの波羅蜜を積まなければならないということです。

1） Adhigama（到達）： Magga ñāṇa、Phala ñāṇa を得るまで修習する。

2） Pariyatti（学得）： 仏陀の教えをしっかりと勉強する。
3） Savana（聴聞）： Pāli、Aṭṭhakathā（註釈書）などをよく聞く。
4） Paripuccha（質問）： 難しい深い意味を解る人に聞き理解する。
5） Pubbayoga（宿縁）： 前の Buddha の時代で、托鉢（比丘の場合）などに行く時、戻る時すべての行動において自分の修習している瞑想から離れず集中していることを Gatapassāgatika vatta と言います。どのような行動の時でも自分が修習している瞑想修習をすることにより Anuloma ñāṇa（随順智）、Gotrabhu ñāṇa（種姓智）の手前にある Saṅkhārupekkhā ñāṇa（行捨智）を得るまで Vipassanā bhāvanā を続けてきたこと。

以上の 5 つの原因により Sāvaka（弟子）は Paṭisambhidā ñāṇa を得ることができます。Sammāsambuddha（正自覚者）や Pacceka buddha（独覚）については次の 2 つのことが揃えば Paṭisambhidā ñāṇa を得ることができます。[Visuddhimagga2-72 に記載]
1） Pubbayoga（宿縁）：前の Buddha の時代で Saṅkhārupekkhā ñāṇa（行捨智）まで Vipassanā を修習してきた。
2） Adhigama（到達）： Arahatta magga ñāṇa（阿羅漢道智）、Arahatta phala ñāṇa（阿羅漢果智）を得ること。

< Sekkhabhūmi（有学地）と Asekkhabhūmi（無学地）について >

Sotāpatti magga phala（預流道果）、Sakadāgami magga phala（一来道果）、Anāgāmin magga phala（不還道果）、この 3 つの magga phala を得た puggala の bhūmi を Sekkhabhūmi（有学地）と言います。

Arahatta magga phala（阿羅漢道果）を得た puggala の bhūmi を Asekkhabhūmi（無学地）と言います。この Sekkha bhūmi と Asekkha bhūmi の puggala は前記の説明の通り Atthapaṭisambhidā ñāṇa、Dhammapaṭisambhidā ñāṇa、Niruttipaṭisambhidā ñāṇa、Paṭibhānapaṭisambhidā ñāṇa の4つの Paṭisambhidā ñāṇa を同時に得ることができます。

例えば Ānanda 大長老は Sotāpatti magga ñāṇa、phala ñāṇa を得たと同時に Paṭisambhidā ñāṇa を得ているのです。同じように Citta 大富豪、Dhammika upāsaka（優婆塞）などは Anāgāmin magga ñāṇa、 phala ñāṇa を得たと同時に Paṭisambhidā ñāṇa を得ています。 Upari 大富豪や Kujjuttara upāsika（優婆夷）なども Sotāpatti magga ñāṇa、phala ñāṇa を得たと同時に Paṭisambhidā ñāṇa を得ました。[Visuddhimagga2-72 に記載]

< Pubbayoga（宿縁）の重要性 >

Paṭisambhidā ñāṇa を得る為に必要な5つの要因 Adhigama、Pariyatti、Savana、Paripuccha、Pubbayoga の中で、Pariyatti、Savana、Paripuccha の 3 種類は Paṭisambhidā ñāṇa のレベルの違いの大きな原因になりますが Adhigama という Arahatta magga ñāṇa、

phala ñāṇa を得ることには大きく左右しません。

Pubbayoga を前々の仏陀の時代に Saṅkhārupekkhā ñāṇa を得るまで Samatha、Vipassanā bhāvanā として修習してきたことは Adhigama という Arahatta magga ñāṇa、Arahatta phala ñāṇa を得る為の大きな原因となります。Pubbayoga は Paṭisambhidā ñāṇa の大きな原因であるかないか、と聞かれたならばそれはあるということです。

Paṭisambhidā ñāṇa は Kāmavacara dhamma（欲界繋法）です。 Adhigama というのは Lokuttara dhamma（出世間法）です。Sekkhapaṭisambhidā ñāṇa は Mahākusala ñāṇa sampayuta（大善智相応）です。Asekkha paṭisambhidā ñāṇa は Mahākiriya ñāṇa sampayutta kāmavacara dhamma（大唯作智相応欲界法）です。そのように覚えてください。

Pubbayoga は Adhigama という Ariya magga ñāṇa、Ariya phala ñāṇa の大きな原因であり Paṭisambhidā ñāṇa の大きな原因ではありません。しかし Dukkha sacca、Samudaya sacca の Saṅkhāra dhamma を Vipassanā 修習する時にも Pubbayoga の修習が非常に大事なことになります。前述のとおり、前々の Buddha の時代に Pubbayoga を Saṅkhār-upekkhā ñāṇa を得るまで修習していたことは大きな波羅蜜となり Magga ñāṇa、Phala ñāṇa を得る為の大きな要因として左右されるのです。

また Abhidhamma Aṭṭhakathā2-372 には、Buddha の教えの Pariyatti をたくさん学習したとしても Puthujjana（凡夫）として Paṭisambhidā ñāṇa を得ることはありません、と書かれています。

Paṭisambhidā ñāṇa を得たということは最低でも Sekkhabhūmi puggala つまり Sotāpatti magga phala（預流道果）、Sakadāgami magga phala（一来道果）、Anāgāmin magga phala（不還道果）のいずれかの ñāṇa を得ているということです。

このようにすべての聖者たちは四聖諦を Vipassanā sammādiṭṭhi ñāṇa により知ります。Ariya magga sammādiṭṭhi ñāṇa（聖道正見智）つまり Anubodha ñāṇa（随覚智）、Paṭivedha ñāṇa（通達智）の 2 つの智慧を得られるように自分自身でしっかりと修習することにより Paṭisambhidā ñāṇa を得て聖者となることができるのです。[Saṁyuttanikāya3-365,Khuddakanikāya1-266 に記載]

さらに四聖諦を知るということは、atīta（過去）、anāgata（未来）、paccuppanna（現在）、ajjhatta（内）、bahiddhā（外）、oḷārika（粗い）、sukhuma（微細な）、hīna（劣った）、paṇīta（優れた）、dūra（遠い）、santika（近い））という 11 か所にある Pañcupādānakkhanda（五取蘊）をすべて Vipassanā の対象として修習して自分の智慧で知ることです。

Saṃkhittena paṇcupādānakkhandhā dukkha.
簡潔に言えば五取蘊を苦と言います。

このようにお釈迦様が説明されているように Dukkha sacca とは五取蘊のことであり、そ

れを知る智慧を Atthapaṭisambhidā ñāṇa と言います。さらに Avijjā、Taṅhā、Upādāna などが含まれている Saṅkhāra dhamma は Samudaya sacca です。Dukkha sacca の原因である Samudaya sacca を知る智慧を Dhammapaṭisambhidā ñāṇa と言います。さらに Dukkha sacca、Samudaya sacca にある Pathavī、Āpo、Tejo、Vāyo、Phassa、Vedanā、Viññāṇa などの Paramatta dhamma の Vohāra（言葉）をよく知る智慧を Nirutti-paṭisambhidā ñāṇa と言います。これら 3 つの ñāṇa つまり Atthapṭisambhidā ñāṇa、Dhammapaṭisambhidā ñāṇa、Niruttipaṭisambhidā ñāṇa を別の Vipassanā の智慧でよく知る智慧のことを Patibhānapaṭisambhidā ñāṇa と言います。[Abhidhamma 2-307,308,Visuddhimagga2-70,72 に記載]

聖者は確実に Paṭisambhidā ñāṇa を得て聖者になります。Mahākoṭṭhika 大長老などの阿羅漢たちも最高の Paṭisambhidā ñāṇa を得て悟りを開きました。一般の Sāvaka たちも四聖諦を自分の智慧で知ることにより Paṭisambhidā ñāṇa を得ました。

繰り返しますが Pubbayoga の修習をせずに Magga ñāṇa、Phala ñāṇa を得る Adhigama はあり得ません。Pubbayoga と Adhigama が揃うことにより Paṭisambhidā ñāṇa を得ることができるということです。

Sāriputta 大長老や Mahāmoggallāna 大長老など Ugghāṭitaññu puggala は悟りを開くと同時に Paṭisambhidā ñāṇa を得ました。この二人の Agga sāvaka（第一弟子）は Anomadassi Buddha（アノーマダッシ仏）の時代から始め1阿僧祇劫と10万劫という長い期間 Pubbayoga の波羅蜜を積み続けてきました。最後の Sāriputta 大長老や Mahā-moggallāna 大長老となった生で Paṭisambhidā ñāṇa を得るまで何度も何度も前の生で Saṅkhārupekkhā ñāṇa（行捨智）などを得る修習を繰り返してきたのです。

別の言い方で説明をすると下記の 3 種類の修習をしてきたことになります。

1） Dukkha sacca という atīta、anāgata、paccuppanna、ajjhatta、bahiddhā、oḷārika、sukhuma、hīna、paṇīta、dūra、santika という 11 か所にある Rūpa と Nāma つまり Pañcupādānakkhandha を自分の智慧で区別して修習した。Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の四相で観て Saṅkhāra dhamma を修習した。

2） 原因と結果の繋がりの Dhamma つまり Paṭiccasamuppāda を自分の智慧で区別して修習した。Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna により、そこに含まれる 12 種類の Aṅga を自分の智慧で区別して修習した。

3） Dukkha sacca、Samudaya sacca の Saṅkhāra dhamma を Anicca（無常）、Dukkha（苦）、Anatta（無我）の三相により Vipassanā の智慧で何度も修習した。その Saṅkhāra dhamma を Upekkhā する Saṅkhārupekkhā ñāṇa を得るまで修習した。

Agga sāvaka の二人は Pubbayoga の波羅蜜として上記の修習を繰り返してしてきました。二人は今回の生で Buddha の弟子となった時には Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna を観る修習する時間はありませんでしたが前々の Buddha の時代に十分に

修習を繰り返していたのです。その修習してきたことは Upanissaya satti（近依能力）として現れて今生で容易に悟りを開くことができたのです。

そこで Pa-Auk 大長老は皆さんに問いかけます。
「もしも Sāriputta 大長老や Mahāmoggallāna 大長老、Bāhiyadāruciriya 大長老などと肩を並べたいならば、大長老たちのように Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna を修習せずに Magga phala ñāṇa を得たいならば、大長老たちが聞いて Sotāpanna になった経典、初転法輪経、無我相経などを何度も聞いてみてください。」と。そして「聞いてみて Sotāpatti phala ñāṇa を得ることができないのであれば肩を並べようなどと思うべきではありません。Dhamma を正しく理解するためには Pāli や Sayadaw 達が書かれた Aṭṭhakathā、Ṭīkā を信じて Yonisomanasikāra で修習をしてください。」とおっしゃっています。
以上がなぜ Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna を修習しなければならないかという Pa-Auk 大長老からのメッセージです。

3. Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna それぞれの意味

1） Lakkhaṇa（性質）は Sabhāva lakkhaṇa（自性相）と Samaññā lakkhaṇa（通称相）の 2 種類があります。Anicca lakkhaṇa、Dukkha lakkhaṇa、Anatta lakkhaṇa などは全ての Saṅkhāra dhamma に関係するので Samaññā lakkhaṇa です。これらは Vipassanā 修習の時には Sammādiṭṭhi ñāṇa により自分自身で知るように修習しなければなりません。
Rūpa dhamma は冷たい、熱いなどの原因により前々の Rūpa santati（色相続）と後々の Rūpa santati が 変化して生じることを Ruppana lakkhaṇa（変化相）と言い、すべての Rūpa dhamma に関係のある Samaññā lakkhaṇa です。Nāma dhamma が対象に心を向けていることを Namana lakkhaṇa（適用相）と言います。すべての Nama dhamma に関係のある Samaññā lakkhaṇa です。これらの Samaññā lakkhaṇa は Nāmarūpa pariccheda ñāṇa（名色限定智）を得るために修習してきました。
すべての Rūpa dhamma、Nāma dhamma に関係がある訳では無く、それぞれが元々持っている特性の lakkhaṇa を Sabhāva lakkhaṇa と言います。それぞれの Sabhāva lakkhaṇa も Sammāditthi ñāṇa で修習しなければなりません。
[Abhidhamma Aṭṭhakathā1-105,Dīganikāya Mahā Ṭīkā2-86 に記載]
2） Rasa（作用）は Rūpa dhamma や Nāma dhamma により利益や影響を与える作用のことです。Rasa は 2 種類あります。Paramattha dhamma より起きることは Kicca rasa（所作作用）と言います。色々な原因が積み重なり起きることは Sampatti rasa（到達作用）と言います。元々ある Guṇa(得)のことです。ある Dhamma には Kicca rasa が現れることもあり、ある Dhamma には Sampatti rasa が現れることもあります。両方が現れることもあり

ます。[Abhidhamma Aṭṭhakathā1-105,Dīganikāya Mahā Ṭīkā2-53 に記載]

3） Paccupaṭṭhānā（現起）はそれぞれの Rūpa dhamma、Nāma dhamma には Paramattha dhamma があることを自分の智慧の対象として知ることです。Upaṭṭānākāra paccupaṭṭhāna（随待現起）と Phala paccupaṭṭhāna（結果現起）の 2 種類があります。Upaṭṭānākāra paccupaṭṭhāna はそれぞれの Paramattha dhamma を修習する時に自分の智慧で現れている要素です。Phala paccupaṭṭhāna は原因に対して同じように現れた要素です。 [Abhidhamma Aṭṭhakathā1-105,Mūla Ṭīkā1-64 記載]

4）Padaṭṭhāna（直接因）はそれぞれの Paramattha dhamma を現す遠い原因近い原因の中で一番近い原因のことです。[Abhidhamma Aṭṭhakathā1-105,Dīganikāya Mahā Ṭīkā2-53 に記載]

Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の修習の前にはすべての Rūpa dhamma、Nāma dhamma を自分の智慧で区別しておかなければなりません。Rūpa kalāpa、Nāma kalāpa としてグループで現れる Rūpa と Nāma の 1 つ 1 つをすべて自分の智慧で区別して修習することにより Paramattha dhamma をよく知ることになります。その後 Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の四相で修習することにより深く dhamma を知ることができます。Pāli が解る Yogī は Pāli 語で四相を順番に暗記してください。Pāli が解らない場合は自分が解る言葉で暗記してください。

4. Rūpakkhandha 色蘊 28 種類

Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）

1） 地界

pathavī dhātu

（性質）硬さ。
（作用 kicca rasa）同じ kalāpa 内の他の rūpa が留まる土台となる。
（現起）同じ kalāpa 内の他の rūpa を支える。
（直接因）同じ kalāpa 内の他の 3 つの大種（水界、火界、風界）。

kakkhaḷatta lakkhaṇā,
patiṭṭhāna rasā,
sampaṭicchana paccupaṭṭhānā,
avasesa dhātuttaya padaṭṭhānā.
（AA1-368,Vs.1-362,Vs2-73）

2） 水界

āpo dhātu

（性質）流れる。
（作用 kicca rasa）同じ kalāpa 内の他の rūpa を増やす。
（現起）同じ kalāpa 内の他の rūpa をまとめる。
（直接因）同じ kalāpa 内の他の 3 つの大種（地界、火界、風界）。

paggharaṇa lakkhaṇā,
brūhana rasā,
saṅgaha paccupaṭṭhānā,
avasesa dhātuttaya padaṭṭhānā.
（AA1-368,Vs.1-362,Vs2-73）

3） 火界

tejo dhātu

（性質）熱さ、冷たさ。
（作用 kicca rasa）同じ kalāpa 内の他の rūpa を成長、成熟させる。
（現起）同じ kalāpa 内の他の rūpa に柔らかさを提供する。

（直接因）同じ kalāpa 内の他の 3 つの大種（地界、水界、風界）。

uṇhatta lakkhaṇā,
paripācana rasā,
maddavānuppadāna
paccupaṭṭhānā,
avasesa dhātuttaya padaṭṭhānā.
（AA1-368,Vs.1-362,Vs2-73）

4） 風界

yāyo dhātu

（性質）同じ kalāpa 内の他の rūpa を膨張させる。支える。
（作用 kicca rasa）他の rūpa を押して動かす。
（現起）他の rūpa を他の場所に運ぶ。
（直接因）同じ kalāpa 内の他の 3 つの大種（地界、火界、水界）。

vitthambhana lakkhaṇā,
samudīraṇa paccupaṭṭhānā,
abhinīhāra paccupaṭṭhānā,
avasesa dhātuttaya padaṭṭhānā.
（AA1-368,Vs.1-362,Vs2-73）

5） 眼浄

cakkhu pasāda

（性質）対象がぶつかり合い感受する mahābhūta の透明な要素。
Taṇhā が原因で見たい対象を見て感受する Kamma で
できている mahābhūta の透明な要素。

（作用 kicca rasa）視覚情報を対象として vīthi に付着させる。

rūpā bhighāta raha bhūta-
ppasāda lakkhaṇaṁ, daṭṭhu
kāmatānidāna kamma samuṭṭ-
hāna bhūtappasāda lakkhaṇaṃ,
vā, rūpesu āviñchana rasaṁ,

視覚対象に vīthi が引かれて付いていく。
(現起)cakkhuviññāṇa(眼識)とそれに伴う cetasika の足場、
基礎あるいは土台となる。
(直接因)対象を見たいという taṇhā がもとで作られた kamma で
できた同じ kalāpa の中の 4 つの mahābhūta。

cakkhuviññāṇassa ādhāra
bhāva paccupaṭṭhānaṁ,
daṭṭhu kāmatānidāna kammaja
bhūta padaṭṭhānaṁ.
(AA1-349,Vs.2-74)

6) 耳浄

sota pasāda

(性質)対象がぶつかり合い感受する mahābhūta の透明な要素。
Taṇhā が原因で聞きたい対象を聞いて感受する Kamma
でできている mahābhūta の透明な要素。

saddā bhighātāraha bhūta-
ppasāda lakkhaṇaṁ,
sotukāmatā nidāna kamma
samuṭṭhāna bhūtappasāda
lakkhaṇaṁ vā

(作用 kicca rasa)聴覚情報を対象として vīthi に付着させる。
聴覚対象に vīthi が引かれて付いていく。
(現起) sotaviññāṇa(耳識)とそれに伴う cetasika の足場、
基礎あるいは土台となる。
(直接因)対象を聞きたいという taṇhā がもとで作られた kamma で
できた同じ kalāpa の中の 4 つの mahābhūta。

saddesu āviñchana rasaṁ,

sotaviññāṇa ādhāra bhāva
paccupaṭṭhānaṁ,
sotu kāmatānidāna kammaja
bhūta padaṭṭhānaṁ.
(AA1-349,Vs.2-74)

7) 鼻浄

ghāna pasāda

(性質)対象がぶつかり合い感受する mahābhūta の透明な要素。
Taṇhā が原因で嗅ぎたい対象を嗅いで感受する Kamma
でできている mahābhūta の透明な要素。

gandhā bhighātāraha bhūta-
ppasāda lakkhaṇaṁ,
ghāyitu kāmatānidāna kamma-
samuṭṭhāna bhūtappasāda
lakkhaṇaṁ vā

(作用 kicca rasa)嗅覚情報を対象として vīthi に付着させる。
嗅覚対象に vīthi が引かれて付いていく。
(現起)ghānaviññāṇa(鼻識)とそれに伴う cetasika の足場、
基礎あるいは土台となる。
(直接因)対象を嗅ぎたいという taṇhā がもとで作られた kamma で
できた同じ kalāpa の中の 4 つの mahābhūta。

gandhesu āviñchana rasaṁ,

ghānaviññāṇassa ādhāra bhāva
paccupaṭṭhānaṁ,
ghāyitu kāmatānidāna kamma-
ja bhūta padaṭṭhānaṁ.
(AA1-349,Vs.2-74)

8) 舌浄

jivhā pasāda

(性質)対象がぶつかり合い感受する mahābhūta の透明な要素。
Taṇhā が原因で味わいたい対象を味わい感受する Kamma

rasā bhighātāraha bhūta-
ppasāda lakkhaṇaṁ,

でできている mahābhūta の透明な要素。

sāyitu kāmatānidāna kamma-
samuṭṭhāna bhūtappasāda
lakkhaṇaṁ vā

(作用 kicca rasa)味覚情報を対象として vīthi に付着させる。
味覚対象に vīthi が引かれて付いていく。

rasesu āviñchana rasā,

(現起)jivhāviññāṇa(舌識)とそれに伴う cetasika の足場、
基礎あるいは土台となる。

jivhāviññāṇassa ādhāra bhāva
paccupaṭṭhānā,

(直接因)対象を味わいたい taṇhā がもとで作られた kamma で
できた同じ kalāpa の中の 4 つの mahābhūta。

sāyitu kāmatānidāna kammaja
bhūta padaṭṭhānā.
(AA1-349,Vs.2-74)

9) 身浄

kāya pasāda

(性質)対象がぶつかり合い感受する mahābhūta の透明な要素。
Taṇhā が原因で触れたい対象に接触し感受する Kamma
でできている mahābhūta の透明な要素。

phoṭṭhabbā bhighātāraha bhūta
ppasāda lakkhaṇo,
phusitu kāmatānidāna kamma-
samuṭṭhāna bhūtappasāda
lakkhaṇo vā

(作用 kicca rasa)触覚情報を対象として vīthi に付着させる。
触覚対象に vīthi が引かれて付いていく。

phoṭṭhabbesu āviñchana raso,

(現起)kāyaviññāṇa(身識)とそれに伴う cetasika の足場、
基礎あるいは土台となる。

kāyaviññāṇassa ādhāra bhāva
paccupaṭṭhāno,

(直接因)対象に触れたいという taṇhā がもとで作られた kamma で
できた同じ kalāpa の中の 4 つの mahābhūta。

phusitu kāmatānidāna kamma-
ja bhūta padaṭṭhāno.
(AA1-349,Vs.2-74)

10) 色

rūpa

(性質)cakkhupasāda(眼浄)に衝突する。
(作用 kicca rasa)cakkhuviññāṇa(眼識)の対象となる。
(作用 sampatti rasa)ārammaṇa paccaya satti 所縁能力に満ちている。
(現起)cakkhuviññāṇa の拠り所となる。
(直接因)同じ kalāpa にある 4 つの mahābhūta。

cakkhu paṭihanana lakkhaṇaṁ,
cakkhuviññāṇassa visayabhāva
rasaṁ,
tassevagocara paccupaṭṭhāno,
catu mahābhūta padaṭṭhānaṁ.
(AA1-355,Vs.2-76)

11)音声

sadda

(性質)sotapasāda(耳浄)に衝突する。
(作用 kicca rasa)sotaviññāṇa(耳識)の対象となる。
(作用 sampatti rasa)ārammaṇa paccaya satti に満ちている。
(現起)sotaviññāṇa の拠り所となる。

sota paṭihanana lakkhaṇo,
sotaviññāṇassa visayabhāva
raso,
tassevagocara paccupaṭṭhāno,

(直接因) 同じ kalāpa にある 4 つの mahābhūta。

catu mahābhūta padaṭṭhāno.
(AA1-356,Vs.2-77)

12) 香

(性質) ghānapasāda (鼻浄) に衝突する。
(作用 kicca rasa) ghānaviññāṇa (鼻識) の対象となる。
(作用 sampatti rasa) ārammaṇa paccaya satti に満ちている。
(現起) ghānaviññāṇa の拠り所となる。
(直接因) 同じ kalāpa にある 4 つの mahābhūta。

gandha
ghāna paṭihanana lakkhaṇo,
ghānaviññāṇassa visayabhāva raso,
tasseva gocara paccupaṭṭhāno,
catu mahābhūta padaṭṭhāno.
(AA1-356,Vs.2-77)

13) 味

(性質) jivhāpasāda (舌浄) に衝突する。
(作用 kicca rasa) jivhāviññāṇa (舌識) の対象となる。
(作用 sampatti rasa) ārammaṇa paccaya satti に満ちている。
(現起) jivhāviññāṇa の拠り所となる。
(直接因) 同じ kalāpa にある 4 つの mahābhūta。

rasa
jivhā paṭihanana lakkhaṇo,
jivhāviññāṇassa visayabhāva raso,
tasseva gocara paccupaṭṭhāno,
catu mahābhūta padaṭṭhāno.
(AA1-357Vs.2-77)

14) 女性

(性質) 女性性。
(作用 kicca rasa) 女性として表す。
(現起) 女性らしい身体の作り、特徴を持つ、女性らしい顔立ち、立ち居振る舞い。

(直接因) 同じ kalāpa にある kammaja mahābhūta。

itthi bhāva
itthi bhāva lakkhaṇaṁ,
itthīti pakāsana rasaṁ,
itthi liṅga nimitta kuttā kappānaṁ kāraṇa bhāva paccupaṭṭhānaṁ,
catu mahābhūta padaṭṭhānaṁ.
(AA1-358,Vs.2-77)

15) 男性

(性質) 男性性。
(作用 kicca rasa) 男性として表す。
(現起) 男性らしい身体の作り、特徴を持つ、男性らしい顔立ち、立ち居振る舞い。

(直接因) 同じ kalāpa にある kammaja mahābhūta。

prisa bhāva
prisa bhāva lakkhaṇaṁ,
purisoti pakāsana rasaṁ,
purisa liṅga nimitta kuttā kappānaṁ kāraṇa bhāva paccupaṭṭhānaṁ,
catu mahābhūta padaṭṭhānaṁ.
(AA1-358,Vs.2-77)

16) 命根

(性質) 同じ kalāpa に同時に現れた kammaja rūpa の生存を護る。

jīvitindriya
sahajāta rūpa nupālana

(作用 kicca rasa)同じ kalāpa の kammaja rūpa の生住滅を起こす。
(現起)同じ kalāpa の kammaja rūpa の存続を確立。

(直接因) 同じ kalāpa にある kammaja mahābhūta。

lakkhaṇaṁ,
tesaṁ pavattana rasaṁ,
tesaṁ yeva ṭhapana paccupa-
ṭṭhānaṁ,
yāpayitabbabhūta
padaṭṭhānaṁ.(AA1-359,Vs.2-77)

17) 心基

(性質) mano dhātu(意界)と mano viññāṇa dhātu(意識界)が
頼る。
(作用 kicca rasa)2 つの dhātu が留まる場所。

(現起)2つの dhātu を持ち上げる。
(直接因)同じ kalāpa にある kammaja mahābhūta(業生大種)。

hadayavatthu
mano dhātu mano viññāṇa
nissaya lakkhaṇaṁ,
tāsaññeva dhātūnaṁ ādhāraṇa
rasaṁ,
ubbahana paccupaṭṭhānaṁ,
)catu mhābhūta padaṭṭhānaṁ.
(Vs.2-77)

18) 食物

(性質)食べることができる食に含まれる栄養素。
(作用 kicca rasa)身体に栄養を与え養う。
(現起)身体に栄養を与えて強くする。
(直接因) 食した栄養のある食べ物。

kabaḷīkāro āhāra
ojā lakkhaṇo,
rūpāharaṇa raso,
upatthambhana paccupaṭṭhāno,
kabaḷaṁ katvā āharitabba
vatthu padaṭṭhāno.
(AA1-368,Vs.2-80)

19) 虚空界

(性質)rūpa kalāpa(色聚)を区切る。
(作用 kicca rasa)rūpa kalāpa の境界線を示す。
(現起)rūpa kalāpa の境界線あるいは空間。

(直接因) 区切りをつけた kalāpa 。

ākāsa dhātu
rūpa pariccheda lakkhaṇā,
rūpa pariyanta ppakāsana rasā,
rūpa mariyādā paccupaṭṭhānā,
asamphuṭṭhabhāva cchidda
vivarabhāva paccupaṭṭhānā vā
paricchinna rūpa padaṭṭhānā.
(AA1-362,Vs.2-78)

20) 身表

(性質)vāyo dhātu(風界)の最も強い力による Cittaja mahābhūta
(心生大種)の動き、姿。

kāya viññatti
abhikkamādi pavattaka citta-
samuṭṭhāna vāyo dhātuyā saha-
ja rūpakāya thambhana
sandhāraṇa salanassa paccayo

ākāra vikāro,

(作用 kicca rasa)動こうとする意思を表す。
(現起)身体の動きの原因。

adhippāya ppakāsana rasā,
kāya vipphandana hetu bhāva paccupaṭṭhānā,

(直接因)cittaja vāyo dhātu(心生風界)。

citta samuṭṭhāna vāyo dhātu padaṭṭhānā. (Vs.2-78)

21) 語表

vacī viññatti

(性質)pathavī dhātu(地界)の最も強い力による cittaja mahābhūta (心生大種)の言葉の発声と形成。

vacī bheda pavattaka citta samuṭṭhāna pathavī dhātuyā upādiṇṇa ghaṭṭanassa paccayo ākāra vikāro,

(作用 kicca rasa)言葉を発したいという意思を表す。
(現起)言語を発声する原因。

adhippāya ppakāsana rasā,
vacīghosa hetu bhāva paccupaṭṭhānā,

(直接因)cittaja pathavī dhātu(心生地界)。

citta samuṭṭhāna pathavī dhātu padaṭṭhānā.(Vs.2-78)

22) 軽快性

rūpassa lahutā

(性質)本物の rūpa(cittaja,utuja āhāraja rūpa)が軽快。
(作用 kicca rasa) 本物の rūpa の重さを無くす。

adandhatā lakkhaṇā,
rūpanaṁ garu bhāva vinodana rasā,

(現起)軽快に動かす。
(直接因)軽快性のある rūpa。

lahu parivattitā paccupaṭṭhānā,
lahu rūpa padaṭṭhānā.
(AA1-362,Vs.2-78)

23) 柔軟性

rūpassa mudutā

(性質)本物の rūpa(cittaja,utuja āhāraja rūpa)が柔軟。
(作用 kicca rasa) 本物の rūpa の硬さを無くす。

athaddhatā lakkhaṇā,
rūpanaṁ thaddha bhāva vinodana rasā,

(現起)すべての動きに逆らわない。

sabba kiriyāsu avirodhitā paccupaṭṭhānā,

(直接因)柔軟性のある rūpa。

mudu rūpa padaṭṭhānā.
(AA1-362,Vs.2-78)

24) 適業性

rūpassa kammaññatā

(性質)本物の rūpa(cittaja,utuja āhāraja rūpa)が扱いやすい。

sarīra kiriyānukūla kammañña bhāva lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）本物の rūpa の扱いにくさが無い。
（現起）rūpa に弱さが無い。
（直接因）適業性のある rūpa。

akammaññatā vinodana rasā,
adubbala bhāva paccupaṭṭhānā,
kammañña rūpa padaṭṭhānā.
（AA1-362,Vs.2-78,79）

25） 積集

（性質） rūpa の始まり。rūpa が生まれて住になること。
（作用 kicca rasa）rūpa の生住滅の生の前の段階から生に
　　なるようにすること。
（現起）rūpa の生から住まで完成したこと。
（直接因）生まれている rūpa。

rūpassa upacaya
ācaya lakkhaṇo,
pubbantato rūpānaṁ ummujjā-
pana raso,
niyyātana paccupaṭṭhāno,
upacita rūpa padaṭṭhāno.
（AA1-363,364,Vs.2-79）

26） 相続

（性質）本物の rūpa が生起して継続している。
（作用 kicca rasa）繋がって生起する。
（現起）rūpa の生起が中断しない。
（直接因）継続して生起している rūpa。

rūpassa santati
pavatti lakkhaṇā,
anuppabandhana rasā,
anupaccheda paccupaṭṭhānā,
anuppabandhaka rūpa
padaṭṭhānā.
（AA1-364,Vs.2-79）

27） 老性

（性質）rūpa の成熟、老化。
（作用 kicca rasa）rūpa を消滅に導く。
（現起）新しさの消滅、若さが無くなっている。

（直接因）老化した rūpa。

rūpassa jaratā
rūpa paripāka lakkhaṇā,
upanayana rasā,
sabhāvānapagamepi nava
bhāvāpagama paccupaṭṭhānā,
vīhi purāṇa bhāvo viya
paripacca māna rūpa
padaṭṭhānā.
（AA1-365,Vs.2-80）

28） 無常性

（性質）本物の rūpa が完全に破壊されている。
（作用 kicca rasa）rūpa の寿命が終わった。消滅している。
（現起）rūpa が破壊されて滅している。
（直接因）破壊された rūpa。

rūpassa aniccatā
paribheda lakkhaṇā,
saṁsīdana rasā,
khaya vaya paccupaṭṭhānā,
paribhijja māna rūpa
padaṭṭhānā.
（AA1-365,Vs2-80）

5. Rūpa を観る実践修習

実践では rūpakkhandha にある 28 種類の rūpa を前ページのように Lakkhaṇa（性質）、Rasa（作用）、Paccupaṭṭhāna（現起）、Padaṭṭhāna（直接因）の四相で観る修習をしなければなりません。実践の前にはしっかりと読んで暗記してください。例えば cakkhudvāra（眼門）にある 63 種類の rūpa を観る修習から始めてそこにある rūpa の Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の修習をしてください。この修習の前には santati ghana（相続密集）、samūha ghana（衆密集）、kicca ghana（所作密集）という ghana を完全に自分の智慧で破壊してすべての rūpa の paramattha dhamma が観えるまで修習しておかなければなりません。

Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の修習は paramattha dhamma を観る修習ですから paramattha dhamma で rūpa dhamma が観えていなければこの修習をすることはできません。しっかりと paramattha rūpa dhamma が観えた後でこの修習を始めてください。それぞれの kalāpa にあるそれぞれの rūpa paramattha dhamma をすべてこの四相で観る修習です。

例えば cakkhu dasaka kalāpa には 10 種類の rūpa が含まれています。pathavī、āpo、tejo、vāyo、vaṇṇa、gandha、rasa、ojā、jīvita、cakkhupasāda のすべてを 1 つ 1 つ Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna で観てください。cakkhu dasaka kalāpa の中の pathavī の寿命は大変短いので Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna を一度に観ることは難しいかもしれません。Lakkhaṇa を確認できたなら次の kalāpa を取ってその中の pathavī の rasa を観て、また次の kalāpa を取って paccupaṭṭhāna を観る、というように修習します。継続して生まれてくる kalāpa を ekatta（同一）の法則で観ていくということです。

他のすべての kalāpa にあるすべての rūpa のすべての paramattha dhamma を同じように修習してください。

cakkhudvāra には cakkhu dasaka kalāpa のみがある訳ではありません。他にも bhāva dasaka kalāpa や cittaja kalāpa などがありますから、それぞれの kalāpa にあるすべての rūpa を観る修習をしてください。つまり cakkhu dasaka kalāpa の pathavī などを修習したので他の kalāpa を観る修習はしなくてもいいだろう、などとは思ってはいけません。すべての dvāra にあるすべての kalāpa のすべての rūpa dhamma を Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna の四相で修習してください。

さらに自分の cakkhudvāra63 種類の rūpa dhamma を観る修習が終わったら bahiddhā（外）にある rūpa dhamma を観る修習をしてください。sotadvāra などについても同じように修習してください。さらに四十二身分にあるすべての koṭṭhāsa（部分）にある cittaja、utuja、āhāraja kalāpa もすべて修習してください。さらに rūpa 瞑想の修習のように本物の rūpa、偽物の rūpa 全ての rūpa を観る修習をしてください。

さらに paṭiccasamuppāda を修習した Yogī は過去世にある avijjā、taṇhā、upādāna の saṅkhāra kamma の原因なども観る修習をしてください。

Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna で観る修習は ghana を破壊してから理解できる瞑想です。すべての paramattha dhamma を Lakkhaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna で観ることにより後の vipassanā 修習をする時により深く paramattha dhamma を理解するための修習になります。

6. Viññāṇakkhandha 識

1） 識	**viññāṇa(citta)**
(性質)対象を知る。(例 ānāpāna paṭibhāga nimitta)	vijānana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa)cetasika に先駆けて対象に飛びつく。つねに cetasika に同行して統括する。	pubbaṅgama rasaṁ,
(現起)citta のプロセスが繋がって継続している状態。	sandahana paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因)関連する nāma と rūpa。なぜならば viññāṇa は単独で生まれることはできないから。(これは五蘊のある bhūmi の場合であり arūpa bhūmi の場合は nāma のみとなる)。	nāma rūpa padaṭṭhānaṁ. (AA1-155)
2） 結生心	**paṭisandhi citta**
(性質)Maraṅasaññā javana(死想速行)の時に取られた Kamma(業)、Kamma nimitta(業相)、Gati nimitta(趣相)のいずれか 1 つを認識する。	kamma kamma nimitta, gati nimittānaṁ aññatarā rammaṇa vijānana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa)2 つの生存を繋げる。	paṭisandhāna rasaṁ,
(現起)2つの心の流れの継続。	sandahana paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因)関連する nāma と rūpa。	nāma rūpa padaṭṭhānaṁ.
3） 有分心	**bhavaṅga citta**
(性質)Maraṅasaññā javana の時に取られた Kamma(業)、Kamma nimitta(業相)、Gati nimitta(趣相)のいずれか 1 つを認識する。	kamma, kamma nimitta, gati nimittānaṁ aññatarā rammaṇa vijānana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa)citta の流れに中断がない。	bhavaṅga rasaṁ,
(現起)2 つの心の流れの継続。	sandahana paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因)関連する nāma と rūpa。	nāma rūpa padaṭṭhānaṁ.
4） 五門引転心(唯作意界)	**pañca dvārāvajjana (kiriya mano dhātu)**
rūpārammaṇa(色所縁)を対象した āvajjana citta(引転心)の例	
(性質)cakkhuviññāṇa(眼識)に先駆けて rūpārammaṇa を知る。	cakkhuviññāṇādi purecara rūpādi vijānana lakkhaṇā,
(作用 kicca rasa)新しい rūpārammaṇa に心を傾ける。bhavaṅgārammaṇa を無くす。	āvajjana rasā,
(現起)rūpārammaṇa に向かう状態。	rūpādi abhimukha bhāva paccupaṭṭhānā,
(直接因)Bhavaṅga(有分心)の切断。	bhavaṅga viccheda padaṭṭhānā.(Vs.2-86)

*rūpārammaṇa を対象とした場合を例として書いてありますが五門引転心を観る修習をする時は他の残りの対象の saddārammaṇa、ghandhārammaṇa、rasārammaṇa、phoṭṭhabbārammaṇa を修習する時も rūpārammaṇa の修習と同じように修習してください。phoṭṭhabbārammaṇa は3種類あります。pathavī、tejo、vāyo の 3 種類を1つ1つ観て修習してください。

5） 眼識	**cakkhu viññāṇa**
（性質） cakkhu vatthu（眼基）を頼って rūpārammaṇa（色所縁）を知る。	cakkhu sannissita rūpavijānana lakkhaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa（色所縁）だけを対象として知る。	rūpa mattā rammaṇa rasaṁ,
（現起）rūpārammaṇa に向き合う状態。	rūpa bhimukha bhāva paccupaṭṭhānaṁ,
（直接因）rūpārammaṇa 対象とする āvajjana citta（引転心）の消滅。	rūpārammaṇāya kiriya mano dhātuyā apagama padaṭṭhānaṁ. (AA1-303,Vs.2-85)
6） – 9） 耳識、鼻識、舌識、身識 （耳識の例）	**sota ghāna jivhā kāyaviññāṇa**
（性質）sota vatthu（耳基）を頼って saddārammaṇa（声所縁）を知る。	sotādi sannissita saddādi vijānana lakkhaṇāni,
（作用 kicca rasa）saddārammaṇa だけを対象として知る。	saddādi mattā rammaṇa rasāni
（現起）saddārammaṇa と向き合う。	saddaādi abhimukha bhāva paccupaṭṭhānāni,
（直接因）saddārammaṇa を対象とする āvajjana citta の消滅。	saddārammaṇādīnaṁ kiriya mano dhātūnaṁ apagama padaṭṭhānāni. (AA1-303,Vs.2-85)

*ghānaviññāṇa（鼻識）は gandhārammaṇa（香所縁）、jivhāviññāṇa（舌識）は rasārammaṇa（味所縁）kāyaviññāṇa（身識）は phoṭṭhabbārammaṇa（触所縁）をそれぞれ当てはめて修習してください。

10） 領受心	**sampaṭicchana**
（性質）cakkhuviññāṇa（眼識）などの後、間を置かず現れて rūpārammaṇa（色所縁）などを知る。（受ける。）	cakkhu viññāṇādīnaṁ Anantaraṁ rūpādi vijānana lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa などを受け取る。	rūpādi sampaṭicchana rasā
（現起）rūpārammaṇa などを受け取る状態。	tathā bhāva paccupaṭṭhānā,
（直接因）cakkhuviññāṇa の消滅。	cakkhuviññānādi apagama padaṭṭhānā.(AA1-304,Vs.2-85)

* saddārammaṇa、ghandhārammaṇa、rasārammaṇa、phoṭṭhabbārammaṇa についても1つ1つ修習してください。phoṭṭhabbārammaṇa は対象が3種類あることに注意して修習してください。

11） 推度心

ahetukavipākā mano viññāṇa dhātu（無因異熟意識界）

santīraṇa citta

（性質）ārammaṇa（所縁）6種類の対象を知る。

saḷārammaṇa vijānana lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）対象を調査する。

santīraṇādi rasā,

（現起）調査をしている状態。

tathā bhāva paccupaṭṭhānā,

（直接因）hadayavatthu（心基）

hadayavatthu padaṭṭhānā.

(AA1-305.Vs 2-85)

saddārammaṇa、ghandhārammaṇa、rasārammaṇa、phoṭṭhabbārammaṇa についても同じように修習してください。

santīraṇa citta（推度心）には somanassa（喜悦）と upekkhā（捨）の2種類があります。

upekkhā には ahetuka kusalavipāka upekkhā santīraṇa citta（無因善異熟捨推度心）と ahetuka akusalavipāka upekkhā santīraṇa citta（無因不善異熟捨推度心）の 2 種類があります。

ahetuka kusala vipāka upekkhā santīraṇa citta の場合は kāmavacara sugati bhūmi（欲界善地）に、akusala vikāka upekkhā santīraṇa citta の場合は apāya bhūmi（悪趣地）に paṭisandhi kicca（結生作用）、bhavaṅga kicca（有分作用）、cuti kicca（死亡作用）の働きをします。ahetuka kusala vipāka upekkhā santīraṇa citta の場合は kāmavacara sugati bhūmi（欲界善地）に生まれます。ahetuka akusala vikāka upekkhā santīraṇa citta の場合は apāya bhūmi（悪趣地）に生まれます。

santīraṇa citta3種類は santīraṇa kicca の働きの他に 6 つの対象を適当に対象とします。tad-ārammaṇa kicca も時には働きます

santīraṇa kicca をする時は rūpārammaṇa、saddārammaṇa、ghandhārammaṇa、rasārammaṇa、phoṭṭhabbārammaṇa の5つの対象を取ります。tadārammaṇa kicca をする時は 6 つの対象を適当に対象とします。

実践修習の時は 6 種類の対象を同時に対象とすることはありませんので 1 つ 1 つ別々に修習をしてください。

12） 確定心

sādhāraṇa kiviyā manoviññāṇa dhātu（共唯作意識界）

voṭṭhabbana

（性質）ārammaṇa6種類を知ること。

saḷārammaṇa vijānana lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）pañcadvāra vīthi では ārammaṇa を決定する。
manodvāra vīthi では ārammaṇa を確認して決定する。

kicca vasena pañca dvāra mano dvāresu voṭṭhabbanāvajjana rasā,

（現起）pañcadvāra vīthi では ārammaṇa を決定している状態。
manodvāra vīthi では ārammaṇa を確認して決定の状態。

tathā bhāva paccupaṭṭhānā,

（直接因）pañcadvāra vīthi では santīraṇa citta の消滅。
manodvāra vīthi では bhavaṅga citta の消滅。

ahetuka vipāka manoviññāṇa dhātu bhavaṅgānaṁ aññatarā pagama padaṭṭhānā.（Vs.2-87）

upekkhāsahagata ahetukakiriyā manoviññāṇa dhātu（捨俱無因唯作意識界）という manodvārāvajjana citta（意門引転心）は pañcadvāra（五門）の時には voṭṭhabbana kicca（確定作用）をします。manodvāra（意門）の時には āvajjana kicca（引転作用）をします。実践修習では別々に修習してください。pañcadvāra にも 5 種類の対象があるので1つ 1 つ voṭṭhabbana kicca を修習してください。

確定心 cakkhudvāra vīthi の修習例　　voṭṭhabbana（cakkhudvāra vīthi）

upekkhāsahagata ahetukakiriyā manoviññāṇa dhātu（捨俱無因唯作意識界）

（性質）rūpārammaṇa を知る。	rūpārammaṇa vijānana lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa を iṭṭha（好ましいもの）あるいは aniṭṭha（好ましくないもの）と決定する。	voṭṭhabbana rasā,
（現起）santīrana が取った同じ対象を決定した状態。	tathā bhāva paccupaṭṭhānā,
（直接因）3 種類の内 1 種類の santīraṇa citta の消滅。	ahetuka vipāka mano viññāṇa dhātūnaṁ aññatarā pagama padaṭṭhānā.

sotadvāra、ghānadvāra、jivhādvāra、kāyadvāra の vīthi について全て一つずつ修習してください。

13） 善速行心	**kusala javana citta**
（性質）過失無く申し分のない良いことの結果。	anavajja sukha vipāka lakkaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）akusala（不善）を破壊するという本質的特質。	akusala viddhaṁsana rasaṁ,
（現起 upaṭṭānākāra paccupaṭṭhāna） 清浄なこと。	vodāna paccupaṭṭhānaṁ,
（直接因）yonisomanasikāra(如理作意)正しく対象を認識する。	yonisomanasikāra padaṭṭhānaṁ. (AA1-105)
不善速行心	**akusala javana citta**
（性質）過失による悪い結果が現れたこと。	sāvajja dukkha vipāka lakkhaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）不善という本質的特質。	anattha janana rasaṁ,
（現起 upaṭṭānākāra paccupaṭṭhāna） 不浄。	saṁkilesa paccupaṭṭhānaṁ,
（直接因）ayonisomanasikāra（不如理作意）。間違って対象を認識する。	ayonisomanasikāra padaṭṭhānaṁ. (AAAnuti1-126)

ārammaṇa を nicca（常）、sukha（楽）、atta（我）、subha（浄）として間違って決定することを ayonisomanasikāra と言います。ārammaṇa を anicca（無常）、dukkha（苦）、anatta（無我）、asubha（不浄）と決定することを yonisomanasikāra と言います。ayonisomanasikāra は akusala dhamma の一番近い原因です。yonisomanasikāra は kusala dhamma の一番近い原因です。

実践では pañcadvāra vīthi では voṭṭhabbana にある12個の心と心所を観ます。manodvāra vīthi では manodvārāvajjana にある心と心所12個の nāma dhamma を観てください。

14） 被所縁	**tadārammaṇa**
例として cakkhudvāra vīthi の場合	
(性質)rūpārammaṇa を知る。	saḷārammaṇa vijānana lakkhaṇaṃ,
(作用 kicca rasa)javana(速行)の対象をさらに継続して知る。	tadārammaṇa rasaṁ,
(現起)javana の対象をさらに継続して知っている状態。	tathā bhāva paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因)javana(速行)の消滅。	javanā pagama padaṭṭhānaṁ.

saddārammaṇa、ghandhārammaṇa、rasārammaṇa、phoṭṭhabbārammaṇa、 dhammārammaṇa も全て1つずつ同じように修習してください。

15） 意門引転心	**mano dvārāvajjana**
例として rūpārammaṇa を取った場合	
upekkhāsahagata ahetukakiriyā manoviññāṇa dhātu	
(捨俱無因唯作意識界)	
(性質)rūpārammaṇa を知る。	rūpārammaṇa vijānana lakkhaṇā,
(作用 kicca rasa)意門にある rūpārammaṇa を確認する。	manodvāre āvajjana rasā,
(現起)rūpārammaṇa を確認する状態。	tathā bhāva paccupaṭṭhānā,
(直接因) bhavaṅga citta(有分心)の消滅。	bhavaṅga pagama padaṭṭhānā.

saddārammaṇa、ghandhārammaṇa、rasārammaṇa、phoṭṭhabbārammaṇa、 dhammārammaṇa も全て1つずつ同じように修習してください。

16） 笑起心	**hasituppāda citta**
somanassasahagata ahetukakiriyā citta(喜悦俱無因唯作心)	
(性質)ārammaṇa 6 種類を知る。	saḷāmmaṇa vijānana lakkaṇā,
(作用 kicca rasa)阿羅漢が微笑む。	kicca vasena arahataṁ anuḷā-resu vatthūsu hasituppāda rasā,
(現起)微笑みが現れている状態。	tathā bhāva paccupaṭṭhānā,
(直接因)頼る hadayavatthu(心基)。	ekantato hadayavatthu padaṭṭhānā.
*阿羅漢にのみ生じる citta なので阿羅漢になった時に修習する。	(Vs.2-87)
17） 死心	**cuti citta**
(性質)過去世の maraṇasaṁña javana が取った kamma(業)、kamma nimitta(業相)、gati nimitta(趣相)の 3 種類の中のいずれか 1 つを知る。	kamma,kamma nimitta,gati nimittānaṁ aññatarā vijānana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa)死亡。生が移る。	cavana rasaṁ,

(現起) 生が移動している状態。
(直接因) javana citta (速行心) の後で cuti が生じた場合 javana の消滅。
tadārammaṇa citta の後で cuti が生じた場合 tadārammaṇa の消滅。
bhavaṅga citta の後で cuti が生じた場合 bhavaṅga の消滅。

tathā bhāva paccupaṭṭhānaṁ.
javana tadārammaṇa bhavaṅgānaṁ aññatarā pagama padaṭṭhānaṁ.

7. Vedanākkhandha 受蘊

1) 楽受

(性質) iṭṭha phoṭṭhabbārammaṇa (好触所縁) を味わう。
(心地よく身体に触れた対象を味わう。)
(作用 kicca rasa) 同時に現れた sampayutta dhamma (相応法) を強める。
(現起) 身体の喜び。快味。
(直接因) kāyindriya (身根) という kāyapasāda (身浄)。

sukha vedanā
iṭṭha phoṭṭhabbā nubhavana lakkhaṇaṁ,
sampayuttānaṁ upa brūhana rasaṁ,
kāyika assāda paccupaṭṭhānaṁ
kāyindriya padaṭṭhānaṁ.
(Vs.2-91)

2) 苦受

(性質) aniṭṭha phoṭṭhabbārammaṇa (不好触所縁) を経験する。
(不快に触れた対象を経験する。)
(作用 kicca rasa) 同時に現れた sampayutta dhamma (相応法) を弱める。
(現起) 身体の苦痛。
(直接因) kāyindriya (身根) という kāyapasāda (身浄)。

dukkha vedanā
aniṭṭha phoṭṭhabbā nubhavana lakkhaṇaṁ,
sampayuttānaṁ milāpana rasaṁ,
kāyikābādha paccupaṭṭhānaṁ,
kāyindriya padaṭṭhānaṁ.
(Vs.2-91)

3 – 1) 喜悦受

(性質) sabhāva iṭṭhārammaṇa (自性好所縁) と parikappa iṭṭhārammaṇa (仮定好所縁) を好ましい対象として味わう。
(作用 kicca rasa) sabhāva (自性) でも parikappa (仮定) でも対象を iṭṭhā (好ましいもの) として味わう。
(現起) 心の喜び。
(直接因) citta と cetasika の軽安。

somanassa vedanā
iṭṭhārammaña nubhavana lakkhaṇaṁ,
yathā tathā vā iṭṭhākāra sambhoga rasaṁ,
cetasika assāda paccupaṭṭhāna,
passadhi padaṭṭhānaṁ.
(AA1-160)

*sabhāva iṭṭhārammaṇa (自性好所縁) と parikappa iṭṭhārammaṇa (仮定好所縁) について。
sabhāva iṭṭhārammaṇa とはもともと好ましい状態である対象です。parikappa iṭṭhārammaṇa とはもとも

とは aniṭṭhārammaṇa の好ましくない対象ですが好ましい対象として作りなおした対象です。parikappa iṭṭhārammaṇa の例として日本の食べ物としては干物のくさやのようなものです。匂いは強烈で好ましくないのですが、焼いてから食べると好ましいものになります。(ミャンマーではアンチョビが例とされている。)そのようなものを parikappa iṭṭhārammaṇa と言います。

３ - 2） 喜悦受	**somanassa vedanā**
(性質) sampayutta dhamma など対象を好ましいものとする。	sāta lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa) sampayutta dhamma を強める。	sampayuttānaṁ upa brūhana rasaṁ,
(現起) 同時に現れた sampayutta dhamma を支える。	anuggahaṇa paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因) citta と cetasika の軽安。	passaddhi padaṭṭhānaṁ.

３ -1)の sukha=somanassa vedanā は全体的なことを示しています。
３ -2)は appanājhāna に到達していない khaṇika samādhi、parikamma samādhi、upacāra samādhi などに含まれている sukha=somanassa vedanā、appanājhāna に含まれている sukha=somanassa vedanā、vipassanā の智慧に含まれている sukha=somanassa vedanā などを示しています。

4） 憂受	**domanassa vedanā**
(性質) sabhāva aniṭṭhārammaṇa (自性不好所縁) と parikappa aniṭṭhārammaṇa (仮定不好所縁) を経験する。	aniṭṭhārammaṇā nubhavana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa) sabhāva aniṭṭhārammaṇa (自性不好所縁) と parikappa aniṭṭhārammaṇa (仮定不好所縁) を経験している状態。	yathā tathā vā aniṭṭhākāra sambhoga rasaṁ,
(現起) 心の苦しみ。	cetasikābādha paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因) hadayavatthu (心基)。	ekanteneva hadayavatthu padaṭṭhānaṁ.

* sabhāva aniṭṭhārammaṇa (自性不好所縁) と parikappa aniṭṭhārammaṇa (仮定不好所縁) に注意してください。sabhāva aniṭṭhārammaṇa はもともと好ましくない対象です。parikappa aniṭṭhārammaṇa はもともとは不快な対象ではない対象を邪見により好ましくない対象とみてしまうことです。例えば、仏教徒ではない人たちが本来は iṭṭhārammaṇa である仏像や仏画を見ても好ましくない物と見てしまいます。そのように本来は好ましい対象を見たとしても好ましくない対象と思ってしまうことです。このように parikappa aniṭṭhārammaṇa として味わうことは domanassa vedanā です。

５ - 1） 捨受(全体的な)	**upekkhā vednā**
(性質) sabhāva と parikappa である majjhattārammaṇa を中立なものとして中捨する。	majjhatta vedayita lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa) 同時に現れた sampayutta dhamma を強めもせず、弱めもしない。	sampayuttānaṁ nātiupabrūha-na milāpana rasā,
(現起) じっと留まり静まっている状態。	santa bhāva paccupaṭṭhānā,

（直接因）喜の無い citta。

nippītika citta padaṭṭhānā. (Vs.2-91)

５ – 2） 禅捨受（第三禅定に含まれる tatramajjhattatā）

jhānupekkhā vedanā (tatramajjhattatā)

（性質） 中立。
（作用 kicca rasa）paṇīta sukha（優れた楽）にも心を向けない。
（現起 upaṭṭānākāra paccupaṭṭhāna）paṇīta sukha（優れた楽）にも心を向けていない状態。
（現起 phala paccupaṭṭhāna）sampayutta dhamma などを paṇīta sukha に向けさせない結果。
（直接因）pīti（喜）の消滅。

majjhatta lakkhaṇā,
anābhoga rasā,
abyāpara paccupaṭṭhānā,

pīti virāga padaṭṭhānā. (AA1-218)

５ - 3） 不苦不楽捨受（第四禅定捨）

adukkhamasuka upekkhā vedanā (catutthajjhānupekkhā)

（性質）iṭṭhāmijjhattārammaṇa（好中庸所縁）を味わう。

iṭṭhā niṭṭhā viparītānubhavana lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）中立。
（現起）はっきりとしていない状態。
（直接因）sukha（楽）の消滅

majjhatta rasā,
avibhūta paccupaṭṭhānā,
sukha nirodha padaṭṭhānā. （AA1-222）

8. Saññākkhandha 想蘊

想

saññā

（性質）対象の性質を知覚する。
（作用 kicca rasa）以前に知覚したことを後で認識する。
以前に知覚して目印をつけていたものを後で認識する。
例として大工が木を切る前に切る場所に目印をするように。

（現起）捉えた対象を認識している状態。

知覚した対象が長く留まっていない状態。例えば
落雷の光が一瞬なように。
（直接因）すべての現れた対象。

sañjānana lakkhaṇā,
paccābhiññāṇa rasā,(AA1-153)
tadevetanti puna sañjānana pacccaya nimitta karaṇa rasā, dāru ādīsu tacchakādayo viya
yathā gahita nimittavasena abhinivesa karaṇa paccupaṭṭhāna, hatthi dassaka andhā viya.
ārammaṇe anogāḷhavuttitāya aciraṭṭhāna paccupaṭṭhānā vā vijju viya.yathā upaṭṭhita visaya padaṭṭhānā tiṇa purisakesu migapotakānaṁ ‘purisā’ti uppanna saññā viya. (Vs.2-92)

9. Saṅkhārakkhandha 行蘊

Aññāsamāna cetasika 同他心所 11 種類（vedanā、saññā は其々の khandha 参照）
Sabbacitta sādhāraṇa cetasika 共一切心心所 5 種類

1） 触	**phassa**
（性質） 接触。	phusana lakkhaṇo,
（作用 kicca rasa） 衝突。viññāṇa と対象を衝突させる。あるいは対象を viññāṇa で繋げる。	saṅghaṭṭana raso,
（現起 upatthānākāra paccupaṭṭhāna） vatthu（基）、ārammaṇa（所縁）、viññāṇa（識）が同時に発生した時に現れる。	sannipāta paccupaṭṭhāno,
（現起 phala paccupaṭṭhāna） vedanā という結果を現す。	vedanā paccupaṭṭhāno vā
（直接因） はっきりと見えた対象。	āpāthagata(āpātagata) visaya padaṭṭhāno. (AA1-151,Vs.2-93)
4） 思	**cetanā**
（性質） 同時に生起した citta と cetasika を対象に向かわせる。サポートする。	cetayita lakkhaṇā, cetanābhāva lakkhaṇā attho.
（作用 kicca rasa） 全体をバラバラにならないようにまとめる。	āyūhana rasā,
（現起） 全体をまとめて指導する。cetanā の役割だけではなく citta や他の cetasika の役割も果たす。 たとえば、年長の生徒、管理責任者、大工の棟梁のように。	saṁvidahana paccupaṭṭhānā, sakicca parakicca sādhikā jeṭṭha sissa mahā vaḍḍhakī ādaya viya.
（直接因）同時に生起した citta と cetasika あるいは vatthu、ārammaṇa、phassa など。	(AA1-154,155,Vs.2-93)
5） 一境性（定）	**ekaggatā(samādhi)**
（性質） リーダーシップを取る。頭首。	pāmokkha lakkhaṇo,
無散逸。	avisāra lakkhaṇo,
不散乱。	avikkhepa lakkaṇo vā,
（作用 kicca rasa） 同時に生起した citta と cetacika をまとめる。（対象として āṇāpāna paṭibhāga nimitta などを取る）。	sahajātānaṃ sampiṇḍana raso nhāniya cuṇṇānaṃ udakaṃ viya,
（現起 upatthānākāra paccupaṭṭhāna） 寂静（対象にじっと留まる）結果として智慧となり現れる。	upasama paccupaṭṭhāno,
（現起 phala paccupaṭṭhāna）智慧が現れる状態。「定をしっかりと作ることができた修行者はダンマを如実に正しく知ることができます。」とお釈迦様は説かれています。（SN.2-12）	ñāṇa paccupaṭṭhāno vā, ‘samāhito yathābhūtaṃ jānāti passatī’ ti hi vuttaṃ. (AA1-162)

（直接因） 通常 Sukha（楽）
*無風の時、ろうそくの炎が安定しているように着実に安定性のある心。

visesato sukha padaṭṭhāno, nivāte dīpaccīnaṃ ṭhiti viya cetaso ṭhitīti daṭṭhabbo. (AA1-161,162,Vs.2-94)

6） 命根

jīvitindriya

（性質） 同時に生起する citta と cetasika を保護、維持する。

sampayutta dhammānaṃ anupālana lakkhaṇaṃ,

（作用 kicca rasa） 同時に生起する citta と cetasika を生住滅の間、存続させる。

tesaṃ pavattana rasaṃ,

（現起） 同時に生起する citta と cetasika の生存を滅の時まで確かなものとする。

tesaṃ yeva ṭhapana paccupaṭṭhānaṃ,

（直接因） 維持するべき citta と cetasika。

yāpayitabbā bhūta padaṭṭhānanṃ.(AA1-167)

7） 作意

manasikāra

（性質） 同時に生起する citta と cetasika を対象に真っ直ぐに向かわせる。

sāraṇa lakkhaṇo,

（作用 kicca rasa） 同時に生起する citta と cetasika を対象に縛り付ける。

sampayuttānaṃ ārammaṇe saṁyojana raso,

（現起） 対象と対面する状態。

ārammaṇā bhimukhabhāva paccupaṭṭhāno,

（直接因） 対象。

ārammaṇapaṭpādakattena sampayuttānaṃ sārathi viya daṭṭhabbo.(AA177,Vs.2-96)

*manasikāra 3 種類

1．ārammaṇa paṭipādaka manasikāra（所縁支作意）: ārammaṇa を現す（生じる）作意。

2．vīthi paṭipādaka manasikāra（路支作意）: vīthi を現す（生じる）作意。

3．javana paṭipādaka manasikāra（速行支作意） javana を現す（生じる）作意。

以上の 3 種類の manasikāra は、

1．ārammaṇa paṭipādaka manasikāra は manasikāra cetasika（作意心所）です。saṅkhārakkhandha に含まれます。

2．vīthi paṭpādaka manasikāra は pañcadvārāvajjana citta（五門引転心）です。この citta の後に vīthi のプロセスを現し viññāṇakkhandha（識蘊）に含まれます。

3．javana paṭipādaka manasikāra は manodvārāvajjana citta（意門引転心）です。この citta の後に javana citta を現し viññāṇakkhandha（識蘊）に含まれます。

（AA1-177,Vs2-96）

manasikāra は船が目的地に向かうように支持を出す舵取りのようなものです。あるいは、よく訓練さ

れた馬車の馬を操る御者のようなものです。船の舵取りや御者の働きと同じような働きをして citta と cetasika を対象に導きます。

pakiṇṇaka cetasika 雑心所 6 種類

1）尋	**vitakka**
（性質） citta を対象に乗せる。ānāpāna paṭibhāga nimitta などの対象に citta を乗せる。	ārammaṇe cittassa abhiniropana lakkaṇo,
（作用 kicca rasa） citta を対象にぶつけて叩きつける。	āhananapariyāhanana raso,
（現起） citta を対象に引っ張っていく。	ārammaṇe cittassā ānayana paccupaṭṭhāno.
（直接因） ānāpāna paṭibhāga nimitta など対象。（vatthu、ārammaṇa、phassa）	（AA1-157,Vs.1-138）
2） 伺	**vicāra**
（性質） ānāpāna paṭibhāga nimitta など向かった対象に留まるように圧力をかける。対象をよく知るために調べるような感じ。	ārammaṇānumajjana lakkhaṇo,
（作用 kicca rasa）citta と cetasika を継続して対象に乗せている。	tattha sahajātānuyojana raso,
（現起）citta と cetasika が対象に固定させている状態。	cittassa anuppabandhana (anuppabandha)paccupaṭṭhāno.
（直接因） ānāpāna paṭibhāga nimitta など対象。（vatthu、ārammaṇa、phassa）	(AA1-158)
3） 勝解	**adhimokkha**
（性質） 対象を確信する。	sanniṭṭhāna lakkhaṇo,
（作用 kicca rasa） 揺るがない。	asaṁsappana raso,
（現起） 対象を確信している状態。	nicchaya paccupaṭṭhāno,
（直接因） ダンマ、あるいは確信ある対象。	sanniṭṭheyya dhamma (sanniṭṭhā tabba dhamma) padaṭṭhāno.
*対象に対する揺らぎない決心は頑丈な石柱に例えられる。	ārammaṇe niccalabhāvena indakhīlo viya daṭṭhabbo. (AA1-177,Vs2-96)
4）精進	**viriya**
（性質） それぞれのことをよく支える努力をする。目標に向かう。	ussahana lakkhaṇaṃ,
（作用 kicca rasa） 統合、強化する。同時に生起する nāma dhamma を支える。	sahajātānaṃ upatthambhana rasaṃ,

（現起） 是が非でもという思いでやり遂げる。挫折しない。

asaṃsīdana bhava paccupaṭṭhānaṃ.

（直接因） saṁvegga ñāṇa（厭離智）のある人の正しい努力精進。

“saṃviggo yoniso padahatī” ti vacanato saṁvegapadaṭṭhānaṃ vīriyārambhavattu padaṭṭhānaṃ vā

正しく熱心に行動すれば一切を成就する根となる。

sammā āraddhaṁ sabbasampattīnaṁ mūlaṁ hotīti daṭṭhabbaṁ（AA1-164,Vs.2-93）

*saṁvega ñāṇa とは下記の 8 種類です。

1．jāti dukkha: paṭisandhi（結生）の母胎の中にいる苦しみ。
2．jarā dukkha: 老化する苦しみ。
3．byādhi dukkha: 病気になる苦しみ。
4．maranā dukkha: 死の苦しみ。
5．apāya saṁsāra vatta dukkha: 四悪趣に落ちて輪廻する苦しみ。
6．atīta saṁsāra vatta dukkha： 過去に輪廻していた苦しみ。
7．anāgata saṁsāra vatta dukkha：来世に輪廻する苦しみ。
8．āhāra pariyesana dukkha： 現世ですべてにおいて欲しいものを探さなければならない苦しみ。

以上の 8 種類を熟考した時に ottappa（恐れ）と共に智慧が現れます。その智慧を sahottappa ñāṇa（倶恐慧）と言います。saṁvega ñāṇa とも言います。この saṁvega ñāṇa がある人は dāna、sīla、bhāvanā という功徳を一生懸命にするので viriya の padaṭṭhāna になります。（AN1-430）

*vīriyārambha vattu padaṭṭhāna（精進発勤理由の直接因）
viriyārambha vatthu（精進発勤理由）8 種類は下記の通りです。

1．旅に出かけようとしている。2．旅から戻ってきた。3．何らかの仕事などを始めようとしている。
4．何らかの仕事などが終わった。5．病気に罹りそうだ。6．病気から回復した。
7．十分な食事が得られていない。8．十分すぎる食事を得た。

これらの 8 種類の事例の時 yonisomanasikāra で正しく考えることができた場合は viriya（努力）が起きます。例えば旅に出る前に「旅に出ると瞑想ができなくなるから旅の前にちゃんと瞑想をしておこう。」あるいは「旅に出ていたので瞑想ができなかったので瞑想をちゃんとしよう。」と努力をして瞑想をします。しかし ayonisomanasikāra で間違った考えが起きると「旅に出なければならないので時間が無いから瞑想はやめておこう。」あるいは「旅から帰って疲れているから瞑想をするのはやめよう。」と努力ではなく怠惰な気持ちが起きます。

涅槃証悟を目指す修行者ならばこれらの 8 種類の事例の時に yonisomanasikāra で正しく考えることを忘れずに努力精進してください。（An.3-147,150）

5） 喜

pīti

（性質） 対象を愛おしむ。

sampiyāna lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）心身が喜びで満たされている。
　　優れた cittaja rūpa が体中に広がる。
（現起） 歓喜、満悦の状態。
（直接因） 対象（vatthu,ārammaṇa,phassa）

kāya citta pīnana rasā,
pharaṇa rasā vā
odagya paccupaṭṭhānā.
(AA1-158,Vs.1-139)

6） 意欲

（性質） 何かを行動する欲求。
（作用 kicca rasa） 対象を見通し、くわしく調べる。
（現起） 対象を必要なものとして認識した状態。

（直接因） 同じ対象。
*心の手がその対象に伸びていくような感じと捉えるべき。

chanda
kattukāmatā lakkhaṇo,
ārammaṇapariyesana raso,
ārammaṇena atthikatā
paccupaṭṭhāno,
tadevassa padaṭṭhānaṃ.
ārammaṇa ggahaṇe ayaṃ
cetaso hattha ppasāraṃ viya
daṭṭhabbo.
(AA1-176,177,Vs2 -96)

Akusala cetasika 不善心所　14 種類

1） 癡

（性質）paramattha dhamma（究極の真実）を知らないこと。
　　智慧が無い。
（作用 sampatti rasa）paramattha dhamma を看破していない。
（作用 kicca rasa）paramattha dhamma の正しいことを隠している。
（現起 phala paccupaṭṭhāna）paṭipatti が無いことで正しい理解の欠如。
（現起 upaṭṭhānākāra paccupaṭṭhāna）智慧が無い状態。
　　sammāpaṭipatti（正実践）の反対の状態。
（直接因）ayonisomanasikāra（不如理作意）。
　　対象を nicca、sukha、atta、subha として間違って見る。
*moha（癡）はすべての akusala（不善）の根となる。

moha
cittassa andha bhāva lakkhano,
aññāṇa lakkaṇo vā
asampaṭivedha raso, ārammaṇa
sabhāva cchādana raso vā
asammā paṭipatti paccupaṭṭhā-
no,andhakāra paccupaṭṭhāno vā

ayoniso manasikāra padaṭṭhāno.

sabbākusalānaṁ mūlanti daṭṭh-
abbo. (AA1-291,Va.2-98)

2） 無慚

（性質）自ら悪行を為すことに対する嫌悪感の欠如。
　　不恥、無遠慮。
（作用 kicca rasa）不恥な心で悪行を行う。

（現起）不恥な心により悪行を行うことに心が委縮しない状態。

（直接因）自分自身に対する尊厳が無い。

ahirika
kāya duccaritādīhi ajigucchana
lakkhaṇaṁ,　alajjā lakkhaṇaṁ,
alajjā kārena pāpānṁ karaṇa
rasaṁ,
alajjā kārena pāpato asaṅkoca-
na paccupaṭṭhāno,
atta agārava padaṭṭhānaṁ.

(AA1-291.Vs.2-98,Vsti2-149)

3） 無愧

anottappa

（性質）自ら悪行を行うことに対しての不安感や恐怖心の欠如。

（作用 kicca rasa）恐怖心を持たずに悪行を行う。

（現起）恐怖心無く悪行を行うことに心が委縮しない状態。

（直接因）他の生き物たちを尊敬しない。

kāya duccaritādīhi asārajja lakkhaṇaṁ anuttāsa lakkhaṇaṁ, anuttāsākārena pāpānaṁ karaṇa rasaṁ, anuttāsākārena pāpato asaṅkocana paccupaṭṭhānaṁ, para agārava padaṭṭhānaṁ.
(AA1-291,Vs.2-98,Vsti2-149)

4） 掉挙

uddhacca

（性質）乱れた心。風でざわめく水面のようにざわざわした心。

（作用 kicca rasa）風にたなびく旗のように不安定な心。

（現起）混乱した心。灰の中に石を投げ入れた時に灰が
飛散するような状態。

（直接因）不安定な心に対する浅はかで軽率な注意。
ayonisomanasikāra（不如理作意）。

*意識が散乱している状態とみなされる。

*心と心所が 1 つの対象に留まることができず散乱している状態。

cetaso avūpasama lakkhaṇaṁ, vātābhighāta cala jalaṁ viya ana vaṭṭhāna rasaṁ, vātābhighātacala dhajapaṭākā viya bhantatta paccupaṭṭhānaṁ, pāsāṇābhighāta samuddhatabhasmaṁ viya cetaso avūpasame ayonisomanasikāra padaṭṭhānaṁ, citta vikkhepoti daṭṭhabbaṁ.
(AA1-292,Vs.2-99)
(Muti1-120,Mati2-150)

5） 貪欲 心と心所が対象を欲しいと思う気持ち。

lobha

（性質） 強力接着剤付き猿取り罠（ミャンマーで使われている猿取罠）のように対象を掴み取る。

（作用 kicca rasa）油を入れずに熱したフライパンで焼いた肉がフライパンにくっつくのと同じようにこびり付く。

（現起）黒絵具の染料が付いたようにこびりついて取れない状態。

（直接因）saṁyojana になる対象などを subha として間違って見る *diṭṭhi*。

*欲望が膨れ上がっていくことは悲惨な状態とみなされます。
それは川の水が氾濫して大海に流れ込むのと同じようなもの。

ārammaṇa ggahaṇa lakkaṇo, makkaṭālepo viya abhisaṅga raso, tattakapāle khitta maṁsa pesi viya.
apariccāga paccupaṭṭhāno, telañjanarāgo viya.
*saṁyojaniya dhammaesu assā*dadassana padaṭṭhāno.
taṇhā nadī bhāvena vaḍḍhamā no sīghasotā nadī iva mahā samuddaṁ apāyameva gahasotā

gacchatīti daṭṭhabbo.
（AA1-291,Vs2-98）

*ārammaṇa gahaṇa（対象執持）について。
lobha が対象を取るということは欲しいという感覚だけではなく lobha の大小により対象を執拗に欲しがり taṇhā bhinivesa で対象から離れなくなります。それを ārammaṇa gahaṇa と言います。それは強力接着剤付き猿の罠の強力な粘着力に例えられます。（Mati2-149）

6） 見 （邪見）
（性質）paramattha dhamma 対象を nicca、sukha、atta、subha として間違って把握する。
（作用 kicca rasa）paramattha dhamma 対象を nicca、sukha、atta、subha として誤って確認する。
（現起） paramattha dhamma 対象を nicca、sukha、atta、subha として思い込んでしまう状態。
（直接因）仏陀や聖者に会う気持ちがない。

diṭṭhi (micchādiṭṭhi)
ayoniso abhinivesa lakkhaṇā,
parāmāsa rasā,
micchā bhinivesa paccupaṭṭhānā,
ariyānaṁ adassana kāmatādi padaṭṭhāna.
pāramaṁ vajjanti daṭṭhabbā.
（AA1-291,Vs.2-98）

*micchādiṭṭhi とは、
1. 間違って見ること、知ること。
2. 誤った見方により誤って把握してしまうこと。
3. 智慧のある人からみると利益の無いことをしているうんざりする考え方。
4. paramattha dhamma の対象を間違って見る原因で現れた状態のこと。
paramattha dhamma の sabhāva（自性）対象を間違って見る要素のこと。
micchādiṭṭhi とは paramattha sabhāva 対象を間違って見ることです。dukkha sacca（苦諦）、samudaya sacca（因諦）という rūpanāma paramattha saṅkhāra dhamma を間違って見て知ることです。言い換えると anicca、dukkha、anatta、asubha である paramattha saṅkhāra dhamma を nicca、sukha、atta、subha として間違って見て知ってしまうことであると mahāṭīkā sayadaw は mahāṭīkā2.149 において説明されています。
*最も非難されることとみなされる。

7） 慢 私、私、私、と言ううぬぼれ。
（性質）高慢（プライドが高い）
（作用 kicca rasa）傲慢な態度。sampayutta dhamma を押し上げる。
（現起）うぬぼれ。上位に立ちたい、優位に立ちたいという気持ち。

（直接因）邪見を含まない貪欲。

*狂気とみなされる。

māna
uṇṇati lakkhaṇo,
sampaggaha raso,
ketukamyatā paccupaṭṭhāno,
diṭṭhi vippayutta lobha padaṭṭhāno. ummādo viya daṭṭhabbo.
（AA1-297,Vs.2-99）

8） 瞋

（性質） 心と身体の凶暴性。
挑発された蛇のようなもの。

（作用 kicca rasa）身体に毒が広がり心身が崩れてしまうこと。
森林火災のように自分の心を焼き尽くす。
hadayavatthu を破壊してしまう。

（作用 sampaṭṭhi rasa）身体に毒が広がり心身が崩れてしまった状態。

（現起）自分自身も相手も破壊してしまう状態。

（直接因）āghāta vatthu（嫌恨事）9 種類、あるいは 10 種類。
毒が混ざった古い尿のようなもの。

dosa

caṇḍikka lakkhaṇo pahatā
sīviso viya,
visappana raso
visanipāto viya,

attano nissayadahana raso vā
dāvaggi viya.
dūsana paccupaṭṭhāno
laddhokāso viya sapatto,
āghāta vatthu padaṭṭhāno.
visa saṁsaṭṭha pūti muttaṁ
viya daṭṭhabho.
(AA1-229,Vs.2-100)

*dosa とは
1．心と心所を破壊してしまう原因となる。
2．怒りの破壊力により自分と相手の心と身体を破壊してしまうこと。
3．自分の心身を破壊することにより自分と相手両方の心身を破壊すること。
*āghāta vatthu（嫌恨事）9 種類（10 種類）とは（A1-216）
1．自分の利益にならないことを過去にされたことに対して恨んで怒る。
2．自分の利益にならないことを現在されていることに対して恨んで怒る。
3．自分の利益にならないことを将来されるだろうことに対して恨んで怒る。
4．自分の好きな人の利益にならないことを過去にされたことに対して恨んで怒る。
5．自分の好きな人の利益にならないことを現在されていることに対して恨んで怒る。
6．自分の好きな人の利益にならないことを将来されるだろうことに対して恨んで怒る。
7．自分の嫌いな人の利益になることを過去にしたことに対して恨んで怒る。
8．自分の嫌いな人の利益になることを現在していることに対して恨んで怒る。
9．自分の嫌いな人の利益になることを将来するだろうことに対して恨んで怒る。
āghāta vatthu を 10 種類とする場合は以下が加わります。
10．怒るべき場所や人ではないことに怒る。
それを aṭṭhāna kopa（無処憤怒）と言います。それらは次の9種類です。
1．大雨に対してひどい雨だと怒る。
2．雨が降らないことに怒る。
3．日差しが強すぎると暑い、と怒る。
4．日差しが無いとあまり暑くない、と怒る。
5．風が強いと風が吹きすぎる、と怒る。
6．風が吹かないことに怒る。
7．掃いても掃ききれない枯れ落ち葉に対して怒る。

8. 風が強すぎて袈裟をうまく着られないと怒る。風が強すぎて傘がさせないと怒る。
9. 歩いている時、自分の気づきが無く物にぶつかってつまずいたりした時に怒る。

9） 嫉 嫉妬すること

（性質）他人の成功や財産などに嫉妬する。

（作用 kicca rasa） 他人の成功に不満を持つ。
（現起） 他人の成功に反感を持つ。

（直接因）他人の成功や財産。
*束縛としてみなされる。

*誰かの成功や財産があることを知った時、反感を持つこと。

issā

para sampattīnaṁ usūyana lakkhaṇā,
tattheva anabhi rati rasā,
tato vimukha bhāva paccupaṭṭhānā.
para sampatti padaṭṭhānā.
saṁyojananti daṭṭhabbā.
（AA1-299,Vs.2-100）
usuyanam asahanaṁ.
(Mati.2-152)

10） 慳 ものおしみする。けちけちする。

（性質）自分の成功や財産を隠す。内緒にする。

（作用 kicca rasa）自分が得た成功を他人と共有することに
耐えられない。
（現起 upaṭṭhānāka paccupaṭṭhāna） けちる心。卑劣な心。
（現起 phala paccupaṭṭhāna） けちることによる不利益。
（直接因）自分自身の成功や財産。
* 心の醜さとみなされる。

macchariya

laddhānaṁ vā labhitabbānaṁ vā attano sampattīnaṁ nigūhana lakkhaṇaṁ,
tāsaṁyeva parehi sādhāraṇa bhāva akkhamana rasaṁ,
saṅkocana paccupaṭṭhānaṁ,
kaṭu kañcu kata paccupaṭṭhānaṁ,
atta sampatti padaṭṭhānaṁ.
cetaso virūpa bhāvoti daṭṭhabbaṁ. (AA.299,Vs.2-100)

11） 悪作

過去に為した duccarita（悪行）、過去に為さなかった sucarita (善行)に対して悔やむこと。

（性質）後悔。
（作用 kicca rasa）過去に為したこと、為さなかったことを悔やむ。
（現起 phala paccupaṭṭhāna）悔やんでいること。
（現起 upaṭṭhānāka paccupaṭṭhāna）悔やんでいる心の状態。
（直接因）過去に為した悪行。為さなかった善行。
過去に為した akusala、為さなかった kusala。
*後悔の奴隷のようなものとみなされる。

kukkucca

pacchā nutāpa lakkhaṇaṁ,
katā katā nuaocana rasaṁ,
vippaṭisāra paccupaṭṭhāṇaṁ,
katā kata padaṭṭhānaṁ.
dāsabyamiva daṭṭhabbaṁ.
(AA299 Vs.2-100)

12） 惛沈（怠惰）	**thīna**
（性質）原動力の欠如。ものごとを生き生きとできない。	anussāha lakkhaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）エネルギーの不足。努力を避ける。	vīriya vinodana rasaṁ,
（現起 upaṭṭhānāka paccupaṭṭhāna）心が低下する。	saṁsīdana paccupaṭṭhānaṁ.
sampayutta dhamma が生き生きとしていない状態。	
（現起 phala paccupaṭṭhāna）sampayutta dhamma が弱まっている。	
（直接因）ayonisomanasikāra（不如理作意）。	arati vijambhikādīsu（aratita-
良いことを怠る。退屈。倦怠。怠惰など。	ndi vijambhitādīsu)
	ayonisomanasikāra padaṭṭhāna.
	(AA1-297,Vs.2-99)
13） 睡眠	**middha**
（性質）心所がどっしりとしていること。	akammaññatā lakkhaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）心と心所が重く覆い隠されている。	onahana rasaṁ,
（現起 upaṭṭhānāka paccupaṭṭhāna）対象を取る時怠惰になっている状態。	līnatā paccupaṭṭhānaṁ. pacalā-
（現起 phala paccupaṭṭhāna）眠気。居眠り。	vikā niddā paccupaṭṭhānaṁ,
（直接因）ayonisomanasikāra（不如理作意）。	arati vijambhikādīsu（aratitandi
賢くない注意力、倦怠、怠惰など。	vijambhitādīsu) ayonisomana-
	sikāra padaṭṭhānaṁ.
	(AA1-297,Vs.2-99)
14） 疑	**vicikicchā**
sammāsambuddha は本当に正しいのだろうか？と疑う。	
paramattha dhamma を anicca、dukkha、anatta と知る瞑想は	
本当に正しいのだろうか？と疑う。	
（性質）8 種類の疑い。	saṁsaya lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）8 種類の対象に対して心がぐらつく。	kampana rasā,
（現起 phala paccupaṭṭhāna）8 種類の対象に対して心が決断できない。	anicchaya paccupaṭṭhānā. ane-
（現起 upaṭṭhānāka paccupaṭṭhāna）8 種類の対象を疑う状態。	kaṁsagāha paccupaṭṭhānā vā,
（直接因）8 種類の対象に対して ayonisomanasikāra（不如理作意）。	ayonisomanasikāra padaṭṭhānā.
*論理性の欠如	paṭipatti antarāya karāti daṭṭhabbā.
	(AA1-300,Vs.2-101)

＊vicikicchā（疑）は paṭipatti（瞑想実践）する際、大変危険なものとなりますので注意してください。
vicikicchā の疑いは下記の 8 種類です。それは saṁsaya（疑念、疑惑）と言います。

1．完全に涅槃証悟した Sabbaññutasammāsambuddha（一切知性正等覚者）は本当に全てを知っているのだろうか。
2．八正道の修習をして本当に涅槃証悟ができるのだろうか。Magga ñāṇa（道智）、Phala ñāṇa（果智）、Nibbāna（涅槃）は本当に存在するのだろうか。Pariyaṭṭi の修習により本当に涅槃証悟が叶う

のだろうか。
3. 八正道の修習により輪廻の苦から逃れることができる聖者や聖者のサンガは本当に存在するのだろうか。
4. 3つの sikkha（三学）つまり Sīla（戒）、Samādhi（定）、Paññā（慧）の修習の効果はあるのだろうか。
5. 輪廻の中で過去世の肉体は本当に存在したのだろうか。あるいは現世は自然の神が作ったのではないのか。
6. 輪廻の中で来世の五蘊というものは本当に存在するのだろうか。涅槃証悟するまで将来の生存があるのだろうか。あるいは現在の生存の死後、生は完全に無くなってしまうのだろうか。
7. 過去世の五蘊の存在、来生の五蘊の存在は本当にあるのだろうか。
8. avijjā の原因で saṅkhāra が生まれ、saṅkhāra の原因で viññāṇa が生まれ、、、という kilesa vaṭṭa（煩悩輪転）、kamma vaṭṭa（業輪転）、vipāka vaṭṭa（異熟輪転）という 3 つの輪転による原因と結果という paṭiccasamuppāda（縁起）は本当に存在するのだろうか。あるいは過去に為した kusala や akusala により現世の生があるのは本当だろうか。

この 8 種類の疑う状態は saṁsaya（疑惑）と言います。それらの 8 種類は vicikicchā です。
（AA1-301）

Sobhaṇa cetasika 浄心所 25 種類

Sobhaṇa sādhārana cetasika 共浄心所 19 種類

1） 信	**saddhā**
（性質） saddeyya vatthu（信じる事物）を信じる。 信頼のある saddeya vatthu を順番通りに信じる。	saddahana lakkhaṇa, okappana lakkhaṇa vā
（作用 kicca rasa） Cakkavatti（転輪王）が持っているルビーは泥水を清らかな水に変えることができる魔法のようなルビーです。saddhā はそのルビーが水を清らかにするのと同じように煩悩を無くし心を清らかにすることができます。 また、勇気のある人が自分を信じてワニなどがいる川を渡りきることができることと同じように saddeya vatthu を信じることにより sampayutta dhamma も深い信念をもつ。	pasādana rasā,udaka ppasādaka maṇi viya, pakkhandana rasa vā. oghuttaraṇo viya,
（現起 upatānakāra paccupaṭṭhāna）saddeya vatthu に対して sampayutta dhamma の濁りの無い状態。	akālussiya paccupaṭṭhānā,
（現起） saddeya vatthu を信じて決心する結果。	adhimutti paccupaṭṭhānā vā.
（直接因） 信頼のある saddeya vatthu。 sotāpatti magga（預流道）の支。	saddhaeyya vatthu padaṭṭhānā, sotāpattiyaṅga padaṭṭhānā. (AA1-163,Vs.2-94)

* saddeya vatthu 8 種類は vicikkicchā 8 種類のように三帰依や Kamma の原因と結果などを疑うのでは無くそれらを信じることです。（akusala cetasika14 番の vicikicchā 8 種類の疑いを参照）。

*Sotāpatti phala（預流果）になるための 4 つの現因

1. Sappurisa saṁsevana（善人との交友）

Magga phala ñāṇa を得て四聖諦を知り、涅槃証悟まで指導できる聖者の指導を受ける。

2．Saddhammassavana（正法の聴聞）

四聖諦など仏陀の教えをしっかりと聞く。

3．Yonisomanasikāra（如理作意） 正しい考察をする。

Dukka sacca（苦諦）、Samudaya sacca（因諦）という Saṅkhāra dhamma（行法=形成力の法則）を正しく考察する。それらは rūpa と nāma の要素であると考察する。またそれらは原因と結果の dhamma であることを考察する。それらを anicca、dukkha、anatta、asubha であると正しく見通す。

4．Dhammānudhamma paṭipatti（法随法実践）

三学つまり Sīla（戒）、Samādhi（定）、Paññāṇa（慧）の実践をする。

2） 念	**sati**
（性質）satipaṭṭhāna（念処）などの対象にすべての sampayutta dhamma をぐらぐらとぐらつかせずに置く。 対象から浮遊しない。	apilāpana lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）対象を忘れる pamāda（放逸）を壊す。 （例えば ānāpāna paṭibhāga nimitta）を忘れない。	asammosa rasā,
（現起）対象（例えば ānāpāna paṭibhāga nimitta）に向けた心を守護する。 対象に向けた心の状態。	ārakkha paccupaṭṭhānā, visayābhimukha bhāva paccupaṭṭhānā vā.
（直接因） 強固な想念。 四念処。	thira saññā padaṭṭhānā, kāyādi satipaṭṭhānā padaṭṭhānā vā. (AA1-165,Vs.2-94)
3） 慚 （はじる）	**hiri**
（性質）自らの悪行を恥じ厭う。	pāpato jigucchana lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）恥じらいにより悪を行わない。	lajjākārena pāpānaṁ akaraṇa rasā,
（現起）恥じらいゆえに悪を行うことに心が委縮している状態。	lajjākārena pāpato saṅkocana paccupaṭṭhānā,
（直接因）自分自身への敬意。	atta gārava padaṭṭhānā. (Vs.2-94)
4） 愧 （はじる）	**ottappa**
（性質）自らの悪行を怖がる。	uttāsana lakkhaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）悪行悪果への恐怖から悪を行わない。	uttāsākārena pāpānaṁ akaraṇa rasaṁ,
（現起）悪果への恐怖により心が委縮している状態。	uttāsākārena pāpato saṅkocana paccupaṭṭhānaṁ,

（直接因） 他の人を尊重する。

para gārava padaṭṭhānaṃ.
(Vs.2-94)

5） 無貪

（性質）対象に対する貪欲が無い。

蓮の葉っぱの上の水滴がつるんと落ちてしまうように
対象に執着しない。

（作用 kicca rasa）聖者になった阿羅漢のようにどんなものにも
執着しない。

（現起） 汚物の中に落ちた人が汚物を厭わない無執着の状態。

（直接因） vatthu、ārammaṇa、phassa が対象。
あるいは yonisomanasikāra。

alobha

ārammaṇe cittassa agedha
lakkhaṇo,
alagga bhāva lakkhaṇo vā
kamala dale jala bindu viya.
apariggaha raso mutta bhikkhu
viya.
anallīna bhāva paccupaṭṭhāno,
asucimhi patita puriso viya.
(AA1-170,Vs.2-94)

6） 無瞋

（性質）凶暴性が無い。
温厚な友人のように対立しない。

（作用 kicca rasa）怒りを無くす。
白檀の香りが心を鎮めるがごとく怒りの熱を取り除く。

（現起）満月のような透き通った静けさ。

（直接因）vatthu、ārammaṇa、phassa が対象。
あるいは yonisomanasikāra。

adosa

acaṇḍikka lakkhaṇo,
avirodha lakkhaṇo vā anukūla
mitto viya,āghāta vinaya raso,
pariḷāha vinaya raso vā,
candanaṃ viya.
somma bhāva paccupaṭṭhāno,
puṇṇa cando viya.
(AA1-171,Vs.2-95)

7） 中捨

（性質）sampayutta dhamma の kicca を平等に働かせる。

（作用 kicca rasa）sampayutta dhamm を不足でもなく過剰でも
なく抑える。不公平を抑制する。

（現起）中立性。

（直接因）共に現れる sampayutta dhamma（vatthu,ārammaṇa,
phassa など）、あるいは yonisomanasikāra。

tatramajjhattatā

citta cetasikānaṁ sama vāhita
lakkhaṇā,
ūnādhikatā nivāraṇa rasā,
pakkha pātu pacchedana rasā
vā,
majjhattaa bhāva
paccupaṭṭhānā.
(AA1-177,Vs.2-96)

8） 身軽安
9） 心軽安

（性質）citta（心）と cetasika（心所）の不安や悲しみを寂滅する。

kāya passaddhi
cita passaddhi

kāya citta daratha vūpasama

	lakkhanā,
（作用 kicca rasa）citta と cetasika の不安や悲しみを砕破する。	kāya citta daratha nimaddana rasā,
（現起）citta と cetasika のざわつきが静かになる状態。平安になる citta と cetasika が揺れ動かずに平安になる状態。	kāya cittānaṁ aparipphandana sītibhāva paccupaṭṭhānā,
（直接因）citta と cetasika。	kāya citta padaṭṭhānā.
*uddhaccā（掉挙）のような苦悩に満ちた平安ではない心の逆の dhamma をいう。（uddhaccā などの Kilesa を治める力がある。）	kāya citānaṁ avūpasama kara uddhaccādi kilesa paṭipakkha bhūtani daṭṭhabbā. （AA1-174,Vs.2-95）
10） 身軽快	**kāya lahutā**
11） 心軽快	**citta lahutā**
（性質）citta と cetasika の重さを無くす。	kāya citta garu bhāva vūpa-sama lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）citta と cetasika の重さを壊す。	kāya citta garu bhāva nimadda na rasā,
（現起）citta と cetasika の重さによる鈍さ惰性が無くなる状態。	kāya cittānaṁ adandhatā paccupaṭṭhānā,
（直接因） citta と cetasika。	kāya citta padaṭṭhānā.
*citta、cetasika の重さを作り出す thīna middha などの kilesa のの逆の働きをする。（瞑想などの時心が重くなった場合には心が軽くなるように働く。例えば Vipassanā 瞑想ですべての五蘊を anicca、dukkha、anatta と洞察する時に素早く洞察するのは lahutā の働きとなる。）	kāya citānaṁ garubhāva kara thīna middhādi kilesa paṭipa-kkha bhūtāti daṭṭhabbā. (AA1-174,Vs.2-95)
12） 身柔軟性	**kaya mudutā**
13） 心柔軟性	**citta mudutā**
（性質）citta と cetasika の硬直性、強情性を無くす。（心が柔らかくなる。）	kāya citta tthambha vūpasama lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）citta と cetasika の硬直性を壊す。	kāya citta thaddha bhāva nimaddana rasā,
（現起 upaṭṭhānākāra paccupaṭṭhāna）対象に citta と cetasika が抵抗し合わない状態。	appaṭighāta paccupaṭṭhānā,
（現起 phala paccupaṭṭhāna）対象にぶつかり合わない結果。	
（直接因）citta と cetasika	kāya citta padaṭṭhānā.
*citta と cetasika の硬直性を作り出す diṭṭhi(邪見)、māna（慢）	kāya cittānaṁ thaddha bhāva

などの kilesa の逆に働く。

kara diṭṭhi mānādi kilesa paṭipakkha bhūtāni daṭṭhabbā. (AA1-174,Vs.2-95)

14） 身適合性
15） 心適合性

kāya kammaññatā
citta kammaññatā

(性質)citta と cetasika の善行に対して不適合なことを無くす。

kāya cittākammañña bhāva vūpasama lakkhaṇā,

(作用 kicca rasa)citta と cetasika の善行に対して不適合なことを壊す。

kāya cittākammañña bhāva nimaddana rasā,

(現起 upaṭṭhānākāra paccupaṭṭhāna)citta と cetasika が対象を取る時に心が満たされている状態。

kaya cittānaṁ ārammaṇa karaṇa sampatti paccupaṭṭhānā,

(現起 phala paccupaṭṭhāna)完璧な状態で対象を取るという結果。

(直接因)citta と cetasika。

kāya citta padaṭṭhānā.

*dāna、sīla、samatha、vipassanā など puñña kiriya(福業)をする時適合しないようにしている uddhacca や kukkuccha が無い kāmacchanda nīvaraṇa（欲貪蓋)という kilesa の反対の働きをする。

kāya cittānaṁ akammañña bhāva karāvasesa nīvaraṇādi paṭipakkha bhūta, pasādanīya vatthūsu pasādā vahā hitakiriyāsu viniyogakkhama bhāvāhā suvaṇṇa visuddhi viyāti daṭṭhabbā. (AA1-174,Vs.2-95)

16） 身練達性
17） 心練達性

kāya pāguññatā
citta pāguññatā

(性質)citta と cetasika が病気に罹っていなくて健全であること。

kaya cittāṇaṁ agelañña bhāva lakkhaṇā,

(作用 kicca rasa)citta と cetasika の痛みなどの病気を破壊する。

kāya citta gelañña nimaddana rasā,

(現起 upaṭṭhānākāra paccupaṭṭhāna))citta と cetasika が病気に罹っていない状態。

nirādīnava paccupaṭṭhānā

(現起 phala paccupaṭṭhāna)citta と cetasika の病気ではない結果。

(直接因)citta と cetasika。

kāya citta padaṭṭhānā.

*citta と cetasika の病気というのは、三帰依や kamma と kamma の原因と結果などを信じないことなどから現れます。それを assaddhiya kilesa(不信煩悩)と言います。この assaddhiya kilesa の逆の働きをするのが kāya pāguññatā(身練達性)、Citta pāguññatā(心練達性)です。

kaya cittānaṁ gelañña kara asaddhiyādi paṭipakkha bhūtāti daṭṭhabbā. (AA1-175,Vs.2-96)

18） 身端直性 **kāyujukatā**

19） 心端直性 **cittujukatā**

(性質)citta と cetasika が真っ直ぐ(正直)なこと。 kāya citta ajjava lakkhaṇā,

(作用 kicca rasa)citta と cetasika が曲がっている(不正直)こと を壊す。 kāya citta kuṭila bhāva nimaddana rasā,

(現起 upatānākāra paccupaṭṭhāna))citta と cetasika が屈折していない状態。 ajimhatā paccupaṭṭhānā,

(現起 phala paccupaṭṭhāna)citta と cetasika が屈折していない結果。 kāya citta padaṭṭhānā.

(直接因)citta と cetasika kāya cittānaṁ kutila bhāva kara māyā sāṭheyyādi paṭip-akkha bhūtāti daṭṭhabbā.

(AA1-175,Vs.2-96)

*不正直な曲がった心は māyāsāṭeyya(誑と諂)の kilesa です。

この kilesa の逆に働くのが kāyujukatā(身端直性)、cittujukatā(心端直性)です。

māyā(誑惑)とは間違ったことをしてもその罪を隠していること。sāṭeyya(諂)とは自分をよく見せかけようと見せかけて人をたぶらかすことです。この māyāsāṭeyya を無くす働きをする cetasika が kāyujukatā(身端直性)、cittujukatā(心端直性)です。(AA2-475,Mati2-146)

Virati cetasika 離心所 3 種類

20） 正語 **sammāvācā**

(性質) vāci duccarita(悪語)を話さない。 vāci duccaritādi vatthūnaṁ avītikkama lakkhaṇā,

(作用 kicca rasa) vāci duccarita(悪語)を話すことから遠ざかる。 vāci duccaritādi vatthuto saṅkocana rasā,

(現起)vāci duccarita(悪語)を話していない状態。 akiriya paccupaṭṭhānā,

(直接因)saddhā(信)、hiri(慚)、ottappa(愧)という、appicchatā(小欲、無欲)の徳。 saddhā hirottappa appicchatādi guṇa padaṭṭhānā.

vāci duccarita(悪語)を避けること。 pāpa kiriyato cittassa vimukha bhūtāti daṭṭhabbā.

(AA1-177,Vs.2-97)

* sammāvācā(正語)は下記の 4 種類を避けることです。

musāvādā (妄語)、pisuṇāvācā(離間語)、pharusavācā(悪口)、samphappalāpavācā(綺語)です。

これらの 1 つ 1 つを lakkhanā、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna の四相で観て修習してください。

例 musāvādā (妄語)

(性質)musāvādā(妄語)を話さない。

(作用 kicca rasa)musāvādā を話すことを避ける。

(現起)musāvādā を話していない状態。

(直接因)saddhā(信)、hiri(慚)、ottappa(愧)という、appicchatā(小欲、無欲)の徳。

21） 正業 **sammākammanta**

（性質）kāya duccaritā 身体の行動において悪いことをしない。
kāya duccaritādi vatthūnaṁ avītikkama lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）kāya duccaritā （悪行）をすることから遠ざかる。
kāya duccaritādi vatthuto saṅkocana rasā,

（現起）kāya duccaritā（悪行）をしていない状態。
akiriya paccupaṭṭhānā,

（直接因）saddhā（信）、hiri（慚）、ottappa（愧）という、appicchatā（小欲、無欲）の徳。
saddhā hirottappa appicchatādi guṇa padaṭṭhānā.
（AA1-177,Vs.2-97）

* sammākammanta（正業）は下記の 3 種類を避けることです。
pāṇatipātā（殺生）、adinnādānā（不与取）、kāmesumicchācāra（邪婬）です。それらも 1 つ 1 つを修習してください。

例 pāṇatipātā（殺生）

（性質）pāṇatipātā（殺生）をしない。
pāṇatipātā vatthūnaṁ avītikkama lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）pāṇatipātā（殺生）をすることを避ける。
pāṇatipātā vatthuto saṅkocana rasā,

（現起）pāṇatipātā（殺生）をしていない状態。
akiriya paccupaṭṭhānā,

（直接因）saddhā（信）、hiri（慚）、ottappa（愧）という、appicchatā（小欲、無欲）という徳。
saddhā hirottappa appicchatādi guṇa padaṭṭhānā.
（AA1-177,Vs.2-97）

22） 正命 **sammājīva**

（性質）micchājivā（邪命）をしない。
micchājivā vatthūnaṁ avītikkama lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）micchājivā（邪命）をすることを避ける。
micchājivā vutthuto saṅkocana rasā,

（現起）micchājivā（邪命）をしていない状態。
akiriya paccupaṭṭhānā,

（直接因）saddhā（信）、hiri（慚）、ottappa（愧）という、appicchatā（小欲、無欲）の徳。
saddhā hirottappa appicchatādi guṇa padaṭṭhānā.
（AA1-177,Vs.2-97）

例 比丘について

（性質）自分のために殺された肉と知ってその肉を食べない。
micchājivā vatthūnaṁ avītikkama lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）その肉料理を食べることを避ける。
akiriya paccupaṭṭhānā,

（現起）その肉料理を食べない状態。
akiriya paccupaṭṭhānā

（直接因）saddhā（信）、hiri（慚）、ottappa（愧）という
saddhā hirottappa appicchatādi guṇa padaṭṭhānā.

appicchatā（小欲、無欲）の徳。
（AA1-177,Vs.2-97）

Brahmavihāra cetasika 梵住心所 4 種類

6“） 慈（無瞋）	**mettā (adosa)**
（性質）生きものたちの利益を願う。	hitākāra ppavatti lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）生きものたちの利益を好む。	hitūpasaṃhāra rasā,
（作用 sampaṭi rasa）生きものたちの利益になることをする。	
（現起 upatānākāra paccupaṭṭhāna）苛立ちや悪意が無い。	āghāta vinaya paccupaṭṭhānā,
（現起 phala paccupaṭṭhāna）苛立ちや悪意の無い結果。	
（直接因） 生きものたちを愛おしく見る。	sattānaṁ manāpa bhāva dassana padaṭṭhānā,
*mettā の心を満たしていくと byāpāda（瞋恚）、dosa（瞋）を無くすことができる。	byāpādūpasamo etissā sampatti,
*taṇhā（渇愛）や rāga（貪欲）があると metta bhāvanā は偽物になってしまう。	sineha sambhavo vipatti. (AA1-237,Vs.1-311)
23） 悲	**karuṇā**
（性質）生きものたちの苦しみを静めたい。	dukkhāpanayankāra ppavatti lakkhaṇā,
（作用 kicca rasa）生きものたちの苦しみを無くそうと望む。	para dukkhāsahana rasā,
（現起 upaṭṭhānākāra paccupaṭṭhāna）他の生きものたちの苦しみに対して害のない状態。	avihiṁsā paccupaṭṭhānā,
（現起 phala paccupaṭṭhāna）生きものたちの苦を無くすように働く結果。	
（直接因）生きものたちの苦しみを正しく理解している。 yonisomanasikāra（如理作意）。	dukkhābhibhūtaṁ anātha bhāva dassana padaṭṭhānā.
* karuṇā jhānasamāpatti（悲禅定）に入定することにより生きものたちを苦しめる dosa を静めることができる。 karuṇā に soka（心配）が入ると karuṇā jhānasamāpatti が消えてしまうので注意をすること。	vihiṁsūpasamo tassā sampatti soka sambhavo vipatti. karuṇāmukhena soko vanjeti. (AA1-237,238,Vs.1-311)
24） 喜悦	**muditā**
（性質） 幸福な他の生きものたちを見て喜ぶ。	pamodana lakkaṇā,
（作用 kicca rasa）幸福な生きものたちに対して嫉妬しない。無嫉。	anissāyana rasā,
（現起 upatānākāra paccupaṭṭhāna）他の幸福なことに嫉妬しない状態。	arati vighāta paccupaṭṭhānā,
（現起 phala paccupaṭṭhāna）arati（嫌悪感）を破壊する結果。	sattānaṁ sampatti dassana padaṭṭhānā.
（直接因）他の生きものたちの富、成功を見る。 yonisomanasikāra（如理作意）。	(AA1-238,Vs.1-311)

*arati（嫌悪感）は muditājhānasamāpatti に入定して無くすことができます。しかし kāma guṇa つまり gehasita pīti（俗的喜）により現れた pīti が入った場合には muditājhānasamāpatti は消えてしまいます。gehasita pīti により幸福な生きものを見た時に yonisomanasikāra ではなく ayonisomanasikāra で間違って見てしまい kāmataṇhā により相手の幸福や財産を喜んで欲しがってしまいます。それは pahāsa（笑喜）とも言います。この pahāsa の原因は robha です。それは lobhamula somanassa sahagata cittuppāda（貪根喜倶心生起）により現れます。この pahāsa が現れると muditā は偽物になってしまいます。(Mati1-380)

7“） 中捨
（捨梵住）
（性質）生きものたちに向けた中立性を促す。

（作用 kicca rasa）生ものたちを好き嫌い無く平等に見る。

（現起）生きものに対して心が中立で静かになっている。

（直接因）すべての生きものを Kamma の所有者としてみます。
kammassakātā sammādiṭṭhi（業は自己であるとする正見）の智慧がある。

すべての生きものに対して怒りなどの dosa、欲しいという lobha を無くし心を中立に保ち upekkhā brahmavihāra（捨梵住）の気持ちで満たされている。
kāma の煩悩が入ると gehasitā aññāṇupekkhā（俗的無智捨）となり upekkhā は偽物になります。aññāṇupekkhā（無智捨）とは lobha mūla upekkhā sahagataṁ citta4 種類と moha mūla upekkhā sahagataṁ citta 2 種類です。(AA2-489,490,Mati1-107,Ati1-115)

upekkhā (tatranahhgattatā)
(upekkhā brahmavihāra)
sattesu majjhattā kārappavatti lakkhaṇā,
sattesu sama bhava dassana rasā,
paṭighānunaya vūpasama paccupaṭṭhānā,
kammassakā sattā,te kassa ruciyā sukhitā vā bhavissanti, dukkato vā muccissanti, patta sampattito vā na parihāyissantī ti evaṁ pavatta kammassaka *tā* dassana padaṭṭhānā.
paṭigha nunaya vūpasamo tassā sampatti.
gehasitāya aññāṇupekkhāya sambhavo vipatti.
(AA1-238,Vs.1-311,312)

Paññindriya 慧根 1 種類
25） 無痴（慧）
（性質）paramattha dhamma の sabhāva lakkhṇa（自性相）、samaññā lakkhaṇa（通称相）を看破している。
熟達した弓術家は正確に弓を射ることができます。そのことと同じように paññā は paramattha dhamma を性格に看破することができます。
（作用 kicca rasa）ランプの明かりのように対象を明るく照らす。
暗闇を明るく照らすランプのように無明という暗闇を無くす。
（現起 upatthānākāra paccupaṭṭhāna）思い巡らさず混乱せずに

amoha (paññā)
yathā sabhāva paṭivedha lakkhaṇo,
akkhalita paṭivedha lakkhaṇo,
vā kusalissāsakhitta usu paṭi-vedho viya.
visayo bhāsana raso padīpo viya.
asammoha paccupaṭṭhāno,

sabhāva lakkhṇa、samaññā lakkhaṇa を知っている状態。
（現起 phala paccupaṭṭhāna）優れた森のガイドのような明確な眼点。
思い巡らさず対象をしっかり知っている結果。
（直接因）samādhi（定）。仏陀は以下のように説示されています。
「定を得た者は dhamma を如実に知ることができます。」
(A3-259)

araññā gata sudesako viya.
(AA1-166,Vs.2-95)
”samāhito yathābhūtaṁ jānāti passatī"ti vacanato pana samādhi tassā padaṭṭhānaṁ.
(Vs.2-68,Mati2-76)

慧ついて

paññā（慧）は paramattha dhamma（第一義法＝究極の真実）をあるがままに知る智慧のことです。dhamma を理解するための卓越した修習つまり saṅkhāra dhamma を vipassanā 瞑想により anicca、dukkha、anatta の三相で修習することにより得ることができます。Abhidhamma では paññā（慧）、ñāṇa（智慧）、amoha（無癡）を同義的に扱います。

Abhidhamma aṭṭhakathā1-166 には「dukkha sacca など catu ariya sacca（四聖諦）をはっきりと知ることを paññā と言います。別の言い方では catu sacca sammādiṭṭhi（四諦正見）と言います。」と書かれています。さらに mahā aṭṭhakathā では「anicca、dukkha、anatta とはっきり知ることを paññā と言います。」と書かれています。

paññā は四聖諦をよく解らないように隠している avijjā を破壊することができる重要な役割を果たしています。sampayutta dhamma に対して重要な役割をしている indriya（感官）と合わせて paññindriya（慧根）とも言います。paññindriya は四聖諦の修習において重要な働きをします。

また Abhidhamma aṭṭhakathā1-166には obhāsana lakkhaṇa（光照相）であると書かれています。つまり 4 つの壁に囲まれた暗闇の家の中でランプに明かりをつけると部屋の中の様子や物がすべて見えるようになります。そのランプの光が部屋を照らすことと同じように paññā があると paramattha dhamma や四聖諦の対象をはっきりと知ることができるようになる、ということです。

さらに paññobhasasamo obhāso nama natthi（智慧の光と同じ光は無い）と書かれています。それは vipassanā の智慧に満たされている Yogī であれば一座の vipassanā 瞑想をすれば一万個の地球を照らすほどの智慧の光が広がる、という意味になります。

また Milinda pañhā（ミリンダ王の問い）では Nāgasena 大長老が Milinda 王に対して次のように説明しています。

一人の人が真っ暗な家の中でランプに明かりをつけたなら暗闇がなくなりランプの明かりにより家の中の物が見えるようになります。そのことと同じように paññā があると、

1）暗闇と同じようなものである avijjā（無明）が無くなります。
2）明かりと同じようなものである vijjā（明）が現れます。
3）ñāṇa（智慧）という光が現れます。
4）catu ariya sacca（四聖諦）を知ることができます。

paññā は paramattha dhamma をはっきりと知ることができるので obhāsana lakkhaṇa（光照相）といいます。

10. Nāma を観る実践修習

yogī は実践の前に nāma 瞑想の本にある表をよく見て理解しておいてください。例えば ānāpāna nāma dhamma を修習する場合は ānāpāna paṭhamajhāna（アナパナ第一禅定）に含まれている nāma dhamma の 34 個を暗記しておいてください。34 個すべてを lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で観ていきます。暗記した後に paṭhamajhāna(第一禅定) に入定し paṭhamajhānasamāpatti vīthi citta（第一禅定入定路心）に含まれている nāma dhamma の sabhāva lakkhaṇa を優先して修習してください。paṭhamajhāna の manodvārāvajjana（意門引転）には 12 個、javana（速行）には 34 個の nāma dhamma が含まれています。まず manodvārāvajjana の cittakkhaṇa（心刹那）にある nāma dhamma を citta から順番に観てください。citta（心）、phassa（触）、vedanā（受）{upekkhā vedanā（捨受）}、saññā（想）、cetanā（思）、ekaggatā（一境性）、jivitindriya（命根）、manasikāra（作意）、vitakka（尋）、vicāra（伺）、adhimokkha（勝解）、viriya（精進）の 12 個すべてを lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で観てください。すべてをいっぺんに観ることは難しいので何度も入定出定を繰り返し出定した時に citta から 1 つずつ観ていくようにします。さらに parikamma（遍作心）、upacāra（近行心）、anuloma（随順心）、gotrabhu（種姓心）の samādhi javana にある 34 個の nāma dhamma も lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で修習してください。paṭhamajhānasamāpatti vīthi の修習が全て終わったら dutiyajhānasamāpatti vīthi（第二禅定路）、tatiyajhanasamāpatti vīthi（第三禅定路）、catuthajhānasamāpatti vīthi citta（第四禅定路心）に含まれる nāma dhmma も全て同じように修習してください。その後は kasiṇa（カシナ）9 種類、brahmavihāra（梵住）4 種類、asubhajhāna（不浄禅）などそれぞれ自分が得た jhāna（禅）さらに samāpattika（定）8 種類を全て得た場合は全て修習してください。ただし、一般の savāka（弟子）が第八禅定の nevasaññānāsaññāyatana jhānasamāpatti（非想非非想処禅入定）の中に含まれている nāma dhamma を修習する場合は今までのように 1 つずつ修習することつまり anupadadhamma vipassanā（各別法観）の方法で修習することはできません。別の方法の kalāpasammasana（聚思惟）というすべてをまとめて観る修習をしてください。nevasaññānāsaññāyatana jhānasamāpatti の中に含まれている nāma dhamma は 1 つずつ lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で修習することはできません。

さらに rūpa 28 個を対象として現れた、

1）rūpārammaṇa line（色所縁） の cakkhudvāra vīthi（眼門路）と manodvāra vīthi（意門路）
2）saddārammaṇa line（声所縁） の sotadvāra vīthi（耳門路）と manodvāra vīthi（意門路）
3）gandhārammaṇa line（香所縁）の ghānadvāra vīthi（鼻門路）と manodvāra vīthi（意門路）
4）rasārammaṇa line（味所縁）の jivhādvāra vīthi（舌門路）と manodvāra vīthi（意門路）
5）phoṭṭhabbārammaṇa line（触所縁）の kāyadvāra vīthi（身門路）と manodvāra vīthi（意門路）
6）dhmmārammaṇa line（法所縁）の manodvāra vīthi（意門路）

これらの cittakkhaṇa（心刹那）の nāma dhamma もすべて表に書かれた数を参照して順番通りに lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で修習してください。kusala javana vīthi もあれば akusala javana vīhi もあります。両方を修習してください。vīthi のプロセスの中に cittakkhaṇa はたくさん現れます。1 つの vīthi の cittakkhaṇa を修習したら他は修習しないでおく、というようなことはしないでく

ださい。すべての cittakkhaṇa の ghana のという密集した集まりの nāma dhamma を全て自分の智慧で破壊しなければならないわけですからすべての vīthi の cittakkhaṇa を修習してください。時には vīthi の間に bhavaṅga citta が現れる場合もあります。その時は paṭisandhi nāma dhamma や cuti nāma dhamma を観る時と同じ修習をしてください。

修習する時に大切なことは ekatta（同一性）の法則をよく理解しておくことです。nāma dhamma は指をパチンとする間に約一兆回の生住滅をするほど早い訳ですから、それほど早く滅する nāma dhamma を四相で観ることは本当にできるのかという質問を受けます。その疑問に対して ekatta の方法を理解しておかなければなりません。例えば paṭhamajhānajavana（第一禅速行）には 34 個の nāma dhamma が含まれますが、同時に生起している他の paṭhamajhāna javana にも同じ 34 個の nāma dhamma が含まれているということを理解しておくということです。同じ対象の cittakkhṇa には同じ数の nāma dhamma が含まれていることを覚えておいてください。

さらに ajjhatta（内）の修習が終わったら bahiddhā（外）の修習も lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で同じように修習して下さい。自分の近くにある対象から徐々に遠くに広げていき自分のできる範囲にある nāma dhamma を観る修習をしてください。

cittakkhaṇa にある nāma dhamma をすべて修習するということは nāma 瞑想の表にある通りの心と心所のすべてを修習するということです。生住滅を繰り返しているすべての cittakkhaṇa を観るということではありません。生きている限り生住滅を繰り返しているたくさんの cittakkhaṇa をすべて観ることは普通の人間にはできません。すべての cittakkhaṇa を観ることは仏陀の智慧でしかできることではありません。たとえば cakkhudvāra vīthi1 つに含まれている心と心所のすべてを lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で修習するということです。同じように六門にあるすべての nāma dhamma を修習してください。

11. Paṭiccasamuppāda aṅga 縁起十二支

Paṭiccasamuppāda を lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で観る修習をする前には六門四十二身分にあるすべての rūpa dhamma と六門を対象に現れた cakkhudvāra vīthi、sotadvāra vīthi などの 6 種類の vīthi に含まれている nāma dhamma のすべてを lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で修習をしてください。その時に paramattha rūpa nāma の sabhāva lakkhaṇa（自性相）を主として ajjhatta（内）と bahiddhā（外）の両方を修習してください。これらの修習が終わったら次に下記の瞑想を再度修習してください。

1） rūpa dhamma の修習。
2） nāma dhamma の修習。
3） rūpa と nāma を区別する修習。
4） rūpa と nāma を区別してよく知る修習。

これらの修習の後、

5） paṭiccasamuppāda 第五法で原因と結果を観る修習。
6） paṭiccasamuppāda 第一法で原因と結果を観る修習。

以上の修習後 paṭiccasamuppāda aṅga（支）を観る修習を次のページの順番で始めてください。

1） 無明	**avijjā**
(性質) paramattha dhamma (第一義法) の sabhāva (自性) を知らない。paramattha dhamma を知る智慧の逆の働き。	aññāṇa lakkhaṇā,
(作用 kicca rasa) sampayuttha dhamma を惑わせる。	sammohana rasā,
(現起) paramattha dhamma の本質を隠している。	chādana paccupaṭṭhānā,
(直接因) āsava dhamma (漏法) 4 種類。	āsava padaṭṭhānā. (AA2-129,Vs.2-159)
2） 行 (形成力)	**saṅkhāra**
(性質) kamma になることをする。形作る。	abhi saṅkharaṇa lakkhaṇā,
(作用 kicca rasa) paṭisandhi (結生) を作る。viññāṇa や nāmarūpa などの結果を作る。	āyūhana rasā,
(現起) 主に cetanā (意思) として現れる。	cetanā paccupaṭṭhānā,
(直接因) avijjā (無明)。	avijjā padaṭṭhānā. (AA2-129,Vs2-159)
3） 識	**viññāṇa**
(性質) 対象を知る。(取る。)	vijānana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa) nāmarūpa の前に先に対象に飛びついて行く。	pubbaṅgama rasaṁ,
(現起) 過去世と繋げる。	paṭisandhi paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因) 形成力。あるいは vatthu (基) と ārammaṇa (対象)。	saṅkhāra padaṭṭhānaṁ, vatthārammaṇa padaṭṭhānaṁ vā. (AA2-129,Vs.2-159)
4） 名 (精神性) (心所)	**nāma**
(性質) 対象に傾く。対象に近寄る。	namana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa) viññāṇa と共に現れたすべての心所を関連さす。	sampayoga rasaṁ,
(現起) 同時に現れた心所を切り離さない。	avinibbhoga paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因) viññāṇa (識)。	viññāṇa padaṭṭhānaṁ. (AA2-129,Vs.2-159)
色 (物質性)	**rūpa**
(性質) 変化する。	ruppana lakkhaṇaṁ,
(作用 kicca rasa) 団結せずバラバラに現れる。	vikiraṇa rasaṁ,
(現起) kusala でも akusala でもない abyākata (無記) の状態。対象を取らない状態。	abyākata paccupaṭṭhānaṁ,
(直接因) viññāṇa (識)。	viññāṇa padaṭṭhānaṁ. (AA2-129,Vs.2-159)

5） 六処 | **saḷāyatana**

（性質）対象にぶつかり始めの動きをする。
　　āya（入来）という心と心所を拡大する。 | āyatana lakkhaṇaṁ,

（作用 kicca rasa）見る、聞く、嗅ぐ、など。 | dassanādi rasaṁ,

（現起）pañca viññāṇa dhātu（五識界）、mano dhātu（意界）、mano viññāṇa dhātu（意識界）の vatthu（基）に対して出入りする。 | vatthu dvāra bhāva paccupaṭṭhānaṁ,

（直接因）nāma と rūpa（名と色） | nāma rūpa padaṭṭhānaṁ.

(AA2-129,Vs.2-159)

āyatana は cakkhāyatana（眼処）、sotāyatana（耳処）、ghānāyatana（鼻処）、jīvhāyatana（舌処）、kāyāyatana（身処）、manāyatana（意処）の 6 種類あります。それらを 1 つ 1 つすべて観てください。

例 cakkhāyatana（眼処）

（性質）rūpārammaṇa にぶつかる。āya という cakkhudvāra vīthi、manodvāra vīthi に含まれている心と心所を伸ばす。

（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa を取る。

（現起）cakkhuviññāṇa の頼る vatthu。nāma dhamma の出入りする状態。

（直接因）nāma と rūpa。

それぞれに関係して現れた心と心所を āya と言います。それらを広げる dhamma を āyatana と言います。つまり sukha、dukkha、saṁsāra dukkha を広げる dhamma のことを āyatana と言います。

cakkudvāra などそれぞれの dvāra に心と心所が拡大して現れたことを āyatana と言います。

6） 触 | **phassa**

（性質）接触。 | phusana lakkhaṇo,

（作用 kicca rasa）衝突する。 | saṅghaṭṭhana raso,

（現起）vatthu、viññāṇa、ārammaṇa の 3 つが会う状態。 | saṅgati paccupaṭṭhānaṁ,

（直接因）saḷāyatana（六処）。 | saḷāyatana padaṭṭhāno.

(AA2-129,Vs.2-159)

phassa は cakkhusamphassa（眼触）、sotasamphassa（耳触）、ghānasamphassa（鼻触）、jīvha-samphassa（舌触）、kāyasamphassa（身触）、manosamphassa（意触）の 6 種類あります。1 つ 1 つ修習してください。

例 cakkhusamphassa（眼触）

（性質）rūpārammaṇa（色所縁）に接触する。

（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa に衝突する。

（現起）cakkhuvatthu、rūpārammaṇa、cakkhuviññāṇa の 3 つが会う状態。

（直接因）cakkhāyatana（眼処）。

7） 受 | **vedanā**

（性質）対象を味わう。対象を経験する。 | anubhavana lakkhaṇā,

（作用 kicca rasa）対象の味を味わう。
（現起） sukha dhamma（楽）、dukkha dhamma（苦）の状態。
（直接因）phassa（触）。

visaya rasa, sambhoga rasā,
sukha dukkha paccupaṭṭhānā,
phassa padaṭṭhānā.
(AA2-129,Vs.2-159)

ahetuka akusala vipāka upekkhā vedanā（無因不善異熟捨受）は aniṭṭha sabhāva（不好自性）なので dukkha vedanā で現れます。

kusala vipāka upekkhā vedanā（善異熟捨受）は iṭṭha sabhāva（好自性）なので sukha vedanā として現れてきます。このように sukha vedanā と dukkha vedanā があります。

vedanā は cakkhusamphassajā vedanā（眼触生受）、sotasamphassajā vedanā（耳触生受）、ghānasamphassajā vedanā（鼻触生受）、jīvhasamphassajā vedanā（舌触生受）、kāyasamphassajā vedanā（身触生受）、manosamphassajā vedanā（意触生受）の 6 種類あり、さらにそこには dukkha vedanā と sukha vedanā があります。1 つ 1 つすべて修習してください。

例 cakkhusamphassajā vedanā（眼触生受）
（性質）rūpārammaṇa の対象を味わう。
（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa を味わうこと。
（現起）sukha の場合は kusala vipāka cakkhuviññāṇa（善異熟眼識）と共に現れた vedanā。
dukkha の場合は akusala vipāka cakkhuviññāṇa（不善異熟眼識）と共に現れた vedanā。
（直接因）cakkhusamphassa（眼触）。
rūpārammaṇa を対象として現れた cakkhudvāra vīthi、manodvāra vīthi の cittakkhaṇa に含まれている kusala vipāka、akusala vipāka vedanā などを修習してください。

8） 渇愛

taṇhā

（性質）dukkha（苦）の原因となる。
（作用 kicca rasa）それぞれの対象を喜び欲しがる。
（現起）渇望して飽きることが無い。欲して満足していない状態。
（直接因）vedanā（受）

hetu lakkhaṇā,
abhinandana rasā,
atitta bhāva paccupaṭṭhānā,
vedanā padaṭṭhānā.
(AA2-129,Vs.2-159)

taṇhā は rūpataṇhā（色愛）、saddhātaṇhā（声愛）、ghandātanṇhā（香愛）、rasataṇhā（味愛）、phoṭṭhabbātaṇhā（触愛）、dhammataṇhā（法愛）の 6 種類あります。其々1つ1つを修習してください。

例 rūpataṇhā（色愛）
（性質）dukkha（苦）の原因。
（作用 kicca rasa）rūpārammaṇa を大いに欲しがる。
（現起）rūpārammaṇa を欲して満足していない状態。
（直接因）cakkhusamphassajā vedanā あるいは cakkhusampassajā paccaya vedanā（眼触生縁受）。
*paccuppanna（現世）の結果 5 つは atīta（過去世）の原因 5 つによりあります。anāgata（来世）の結果 5 つは paccuppanna（現世）の原因 5 つによりあります。現世で作った taṇhā は来世の khandha（蘊）を作る原因になることに注意してください。

9） 執着（取著）	**upādāna**
（性質）対象を欲深く執着する。	gahaṇa lakkhaṇaṁ,
（作用 kicca rasa）taṇhā や diṭṭhi により間違って対象を離さず掴む。	amuñcana rasaṁ,
（現起）強い taṇhā により kāmupādāna（欲取）としてあるいは残り 3 つの upādāna は diṭṭhi（邪見）により現れる状態。	taṇhādaḷhatta diṭṭhi paccupaṭṭhānaṁ,
（直接因）taṇhā（渇愛）。	taṇhā padaṭṭhānaṁ.
	(AA2-129,Vs.2-160)

upādāna は 4 種類あります。

1）kāmupādāna（欲取）： 5 つの対象に taṇhā により強く執着している。

2）diṭṭhupādāna（見取）： micchādiṭṭhi（邪見）で見てしまい執着している sīlabbatupādāna（戒禁取）、attavādupādāna（我語取）以外の upādāna。

3）sīlabbatupādāna（戒禁取）： 犬や猫などの動物のようにふるまって生活していれば輪廻から逃れることができると間違った考えに執着している。

4）attavādupādāna（我語取）：特別の力により我を作ることのできる parama atta（最高我）という永遠の神様のような存在がいる、あるいは jīvātta（霊魂我）という人や動物などの生命は作られたものであるという atta vāda（我論）に間違って強く執着している。

上記いずれかを rūpanāma の santati の過去に現れたあるいは現世の upādāna を修習します。

存在（有）2 種類	**bhava**
10 - 1） 業有	**kamma bhava**
（性質）kamma になること。	kamma lakkaṇo,
（性質 kicca rasa）upapatti bhava（起有）を現す。	bhāvana raso,
（現起）kusala あるいは akusala が現れる状態。	kusalākusala paccupaṭṭhāno,
（直接因）upādāna（執着）。	upādāna padaṭṭhāno.
10 – 2） 起有	**upapatti bhava**
（性質）kamma phala（カルマの結果）。	kammaphala lakkhaṇo,
（作用 kicca rasa）kamma の原因により現れること。	bhavana raso,
（現起） kusala、akusala でもない vipāka abyākata（異熟無記）として現れた状態。	abyākata paccupaṭṭhāno,
（直接因）upādāna（執着）。	upādāna padaṭṭhāno.
	(AA2-129,Vs.2-160)

生きとし生けるものは考えられないほど長い輪廻の中を生きてきました。過去を観る時は、時には kusala kamma の結果として sugati bhūmi（善地）に生まれたこと、時には akusala kamma の結果として duggati bhūmi（悪趣地）に生まれたこと、それらをよく見て修習します。kusala kamma bhava の原因で kusala vipāka upapatti bhava（善異熟起有）が現れます。akusala kamma bhava の原因で akusala vipāka upapatti bhava（不善異熟起有）が現れます。今生が最後でなければ来世があります。来生にはどのような bhava が現れるかよく観て修習してください。

11） 生 **jāti**

(性質)それぞれの bhava の最初の生起となる。
（最も早い明確な再生。）
(作用 kicca rasa)それぞれの bhava で最初の khandha(蘊)を与える。
(現起 phala paccupaṭṭhāna)khandha(蘊)を現した状態。
さまざまな苦の結果として現れる。
過去の生存から間髪無く現世の khandha として現れた状態。
(直接因)kamma bhava(業有)の存在。

tattha tattha bhave paṭhamā-
bhinibbatti lakkhaṇā,
niyyātana rasā,

atītabhavato idha ummujjana
paccupaṭṭhānā, dukkha vicittatā
paccupaṭṭhānā vā.
(AA1-90,Vs.2-130)

12） 老 **jarā**

(性質)khandha(蘊)が朽ちて老化する。
(作用 kicca rasa)死に向かう。
(現起)若さが消える。若さが壊れる。
(直接因)jāti(生)。

khandha paripāka lakkhaṇā,
maraṇūpa nayana rasā,
yobbana vināsa paccupaṭṭhānā.
(AA2-94,Vs.2-132)

死 **maraṇa**

(性質)khandha が 1 つの生から他の生に移る。現在の生が逝く。
(作用 kicca rasa)完全だった bhava khandha(有蘊)の消滅。
(作用 sampatti rasa)bhava khandha(有蘊)から離れる。
(現起)paccuppanna bhava(現世有)から離れた状態。
(直接因)jāti(生)。

cuti lakkhaṇaṁ,
viyoga rasaṁ,

gati vippavāsa paccupaṭṭhānaṁ.
(AA.2-95,Vs.3-133)

憂 （うれい） **soka**

(性質) 心の内が苦しみで燃えている。
(作用 kicca rasa) 心が火で燃やされているような感じ。
(現起)ñativyasana(親族の不幸)などを何度も悲しむ状態。
(直接因)ñativyasana などの aniṭṭhārammaṇa(不好所縁)。

anto nijjhāna lakkhaṇo,
cetaso parijjhāpana raso,
anu socana paccupaṭṭhāno.
(AA2-97,Vs.2-134)

悲泣 **parideva**

(性質)泣き叫ぶ。(大きな悲しみを声に出して泣く。)
(作用 kicca rasa)不幸に文句を言いながら泣く。
(現起 upatānākāra paccupaṭṭhāna)悲しみで心が乱れている状態。
(現起 phala paccupaṭṭhāna)悲しみが心に留まった結果。
(直接因)ñativyasana(親族の不幸)の aniṭṭhārammaṇa。

lālappana lakkhaṇo,
guṇa dosa kittana raso,
sambhama paccupaṭṭhāno.

(AA2-98,Vs.2-134)

苦(肉体的) **dukkha**

(性質) 肉体的苦痛。

kāya pīḷana lakkaṇaṁ,

（作用 kicca rasa）愚かな人は心も不快になる。

（現起）肉体的苦悩として現れる状態。
（直接因）身体に苦痛を与える aniṭṭhārammaṇa（不好所縁）。

duppaññānaṁ domanassa karaṇa rasaṁ,
kāyikābādha paccupaṭṭhānaṁ. (Vs.2-134)

苦（精神的）、憂い。
（性質） 心の苦しみ。
（作用 kicca rasa）vyāpāda（悪意）という心の苦痛。
（現起） 心が病んでいる状態。

（直接因）aniṭṭhārammaṇa（不好所縁）。

domanassa
citta pīḷana lakkhaṇaṁ,
mano vighāta rasaṁ,
mānasa byādhi paccupaṭṭhānaṁ.
(Vs.2-135)

絶望、悩み
（性質）citta が焼き尽くされてしまう。

ñativyasana の対象に執着している。
（作用 kicca rasa）嘆き悲しむ。
（作用 sampaṭi rasa）嘆き悲しむことに充満している結果。
（現起） 心と心所が落胆、失意している。
（直接因）ñativyasana（親族の不幸）。

upāyāsa
citta paridahana lakkhaṇo, (Vs.2-135)
byāsatti lakkhaṇo,(AA.2-99)
nitthunana raso,

visāda paccupaṭṭhāno.
(AA2-99,Vs.2-135)

upayaso nāma nativyasana dihi phutthassa adhimattaceto dukkhappabhavito dosoyeva, saṅkhārakkhandhapariyapanno eko dhammoti eko. (Vs.2-135)

親族などの不幸に会い心の中で苦しみを持つことは dosa（瞋）です。その dosa が大きくなる upāyāsa（絶望）になります。upāyāsa は domanassa ではなく dosa になります。dosa は saṅkhārakkhandha に含まれている akusala cetasika14 個の中の 1 つです。

*soka（うれい）、parideva（悲泣）、dukkha（身体苦）、domanassa（精神苦）、upāyāsa（絶望）はどのような生きものにでも rāga（貪欲）、dosa（瞋）、moha（癡）という煩悩から解放されていない限り起こります。ñativyasana（親族の不幸）に直面した人には soka という心配、不安、悲しみが起こります。

12. paṭiccasamuppāda を観る実践修習

Yogī は第一過去世に現れた avijjā の原因で saṅkhāra が現れたという avijjā と saṅkhāra は原因と結果として繋がっていることを智慧で観えるように修習してください。このことがよく解った後 avijjā の lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna を観ます。さらに過去世の saṅkhāra の原因で現世の paṭisandhi viññāṇa（結生識）が現れたという原因と結果をよく観てください。よく観えたら saṅkhāra の lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna を観てください。このように avijjā paccaya saṅkhāra、saṅkhāra paccaya viññāṇa、viññāṇa paccaya nāmārūpa…….sokaparidevadukkhadomanasssaupāyāsa まで原因と結果をよく観てその原因と結果が智慧に現れた時に lakkhaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、

padaṭṭhāna で観る修習をしてください。

1） avijjā（無明）、saṅkhāra（形成力）は paṭhama atīta bhava（第一過去有）の kāla（期間）にあります。

2） viññāṇa（識）、nāmarūpa（名色）、saḷāyatana（六処）、phassa（触）、vedanā（受）、taṇhā（渇愛）、upādāna（執着）、bhava（存在）は paccuppanna bhava（現在有）の kāla にあります。

3） jāti（誕生）、jarā（老）、maraṇa（死）、soka（うれい）、parideva（悲泣）、dukkha（身体苦）、domanassa（精神苦）、upāyāsa（絶望）は paṭhama anāgata bhava（第一未来有）の kāla にあります。

これらを lakkaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で良く観てください。

さらに過去に下がって修習します。

1） avijjā、saṅkhāra は dutiya atīta bhava（第二過去有）の kāla にあります。

2） viññāṇa（識）、nāmarūpa（名色）、saḷāyatana（六処）、phassa（触）、vedanā（受）、taṇhā（渇愛）、upādāna（執着）、bhava（存在）は paṭhama atīta bhava（第一過去有）の kāla にあります。

3） jāti（誕生）、jarā（老）、maraṇa（死）、soka（うれい）、parideva（悲泣）、dukkha（身体苦）、domanassa（精神苦）、upāyāsa（絶望）は paccuppanna bhava（現在有）の kāla にあります。

このように自分の観える範囲の過去世まで下がって lakkaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で観る修習をしてください。

anāgata bhava（未来有）の kāla についても阿羅漢となり最後の生となるまで同じように観て修習してください。

以上で lakkaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna の修習は終わりです。

13. Lakkaṇa、Rasa、Paccupaṭṭhāna、Padaṭṭhāna で修習する目的

1. atīta（過去）、anāgata（未来）、paccuppanna（現在）という3つの kāla には原因と結果という dhamma があることを理解するため。

   生きものたちは parama atta（最高我）や jīvātta（霊魂我）などを信じて誰かが作った作られたものである、という考え方は間違いであるということを自分の智慧ではっきりと理解するため。

2. 原因と結果を lakkaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna で観てよく解ると anicca（無常）、dukkha（苦）、anatta（無我）と三相で vipassanā 修習する時に執着している taṇhā（渇愛）、māna（慢）、diṭṭhi（邪見）の kilesa（煩悩）が消えて行きます。その vipassanā ñāṇa（観智）が上昇するにつれ 1 つの vipassanā ñāṇa が別の vipassanā ñāṇa を upanissaya satti（近依能力）という大きな力で支えることにより magga ñāṇa（道智）と phala ñāṇa（果智）が現れてきます。magga ñāṇa（道智）と phala ñāṇa（果智）はすべての kilesa を samuccheda（断絶）の方法により完璧に滅することができます。このようにして saṁsāra vaṭṭa（輪廻輪転）を消滅させることができます。このように tadaṅga samuccheda（瞬間断絶）により kilesa を消すため。

以上の2つの理由により rūpanāma の原因と結果という saṅkhāra dhamma を完璧に滅するために lakkaṇa、rasa、paccupaṭṭhāna、padaṭṭhāna の四相で修習し自分の智慧がより深く鮮明になってから anicca、dukkha、anatta という三相で vipassanā 修習をしなければなりません。

< Vipassanā 修習の事前に準備をすること >

kamma や kilesa を完璧に滅し soka parideva などを乗り越え ariya magga ñāṇa を得ることつまり涅槃を証悟するために vipassanā の修習をしなければなりません。vipassanā の修習は ajjhatta（内）と bahiddhā（外）の両方について

1） rūpa のみを修習する rūpa pariggaha（色摂受）。
2） nāma のみを修習する arūpa pariggaha（名摂受）。
3） rūpanāma を修習する rūpārūpa pariggaha（色名摂受）。
4） rūpanāma を区別して知る nāmarūpa vavathāna（名色確定）。
5） pacuppanna（現世）の五蘊にある nāmarūpa の原因と結果を修習する paccaya pariggaha（縁接受）。
6） atīta（過去）、anāgata（未来）の五蘊にある nāmarūpa の原因と結果を修習する addhāna pariggaha（時間摂受）。

以上をよく理解しておいてください。

これらの修習は vipassanā の修習の前に修習しておかなければならない事前準備となります。

さらに、saṁyuttanikāya2-56（相応部無我相経）において次の一節が説かれています。

yaṁ kiñci rūpaṁ atītānāgatapaccuppannaṁ ajjhattaṁ vā bahiddhā vā oḷārikaṁ vā sukkhumaṁ vā hīnaṁ vā paṇitaṁ vā, yaṁ dūre santike vā sabbaṁ rūpaṁ “netaṁ mama nesohamasmi na me so attā “ ti evaṁ etaṁ yathābhūtaṁ sammāppaññāya daṭṭhabbaṁ.

比丘たちよ、それゆえ物質性は、過去のものでも、未来のものでも、現在のものでも、内のものでも、外のものでも、粗いものでも、微細なものでも、劣ったものでも、優れたものでも、遠いものでも、近いものでも、すべての物質性を「これは私のものではない、これは私ではない、これは私の我ではない。」と如実に正しい智慧により知るべきです。

つまり yogī は atīta（過去）、anāgata（未来）、paccuppanna（現在）、
ajjhatta（内）、bahiddhā（外）、
oḷārika（粗いもの）、sukhuma（微細なもの）、
hīna（劣ったもの）、paṇīta（優れたもの）、
dūra（遠いもの）、santika（近いもの）

以上の 11 か所にあるすべての paṇcupādānakkhandha（五取蘊）を dukkha sacca（苦諦）として anicca、dukkha、anatta として vipassanā しなければなりません。

atīta、anāgata、paccuppanna の 3 つの kāla の ajjhatta と bahiddhā 両方の rūpa のみを観る修習をしなければなりませんし、nāma のみの修習、rūpanāma の修習、rūpanāma を区別する修習、rūpanāma の原因と結果の修習などをすべて修習して置かなければなりません。rūpa のみならずすべての五蘊についても修習しなければなりません。修習するときは必ず細かく精密に修習しなければなりません。

< Anubodha ñāṇa（随覚智）について >

nāma と rūpa を区別して知る nāmarūpa pariccheda ñāṇa（名色限定智）と、それによりそれぞれの原因をよく知る paccaya pariggaha ñāṇa（縁摂受智）の 2 つの智慧を深めるためには一度だけ修習すればいい訳ではありません。何度も何度も繰り返して修習しなければなりません。何度も何度もこの 2 つを修習することにより anubodha ñāṇa（随覚智）を得ることができます。nāmarūpa pariccheda ñāṇa と paccaya pariggaha ñāṇa の 2 つの ñāṇa が揃うと anubodha ñāṇa となるのです。その anubodha ñāṇa を得る為に yogī は 11 か所にあるすべての rūpa dhamma と nāma dhamma とその原因と結果を何度も何度も修習しなければ vipassanā の修習を始めることはできません。何度も何度もこれらの修習を重ねて anubodha ñāṇa を得た yogī は vipassanā 瞑想を始める準備が整ったことになります。

［Dīganikāya tīkā2-89,90］

省略文字：AA ＝ Abhidhamma aṭṭhakathā アビダンマ注釈書

Vs. = Visuddhimagga 清浄道論

Vsti ＝ Visuddhimaggatīkā 清浄道論復註

Mati = Mahāṭīkā 大復註釈

Muti ＝ Mūlatīkā 根復註釈

SN = Saṁyuttanikāya 相応部経

A = Aṅguttaranikāya 増支部経