

原始・部派仏教の食物観

——食厭想について——

竹 内 良 英

I 原始仏教聖典に見られる食厭想

原始仏教聖典において、食物への執着は修行生活の大きな妨げとされ、食事において適量を知ることが感官の抑制等と共に、清浄な梵行を継続し禅定修行を完遂するのに不可欠であると説かれていた¹⁾。

食物を節して摂ることより更に進んで、食物は厭うべきものであるとする食厭想の修習を勧める記述を我々はしばしば見出す。食厭想（ジキエンソウ、ジキオンソウ）の原語は āhāre paṭik(k)ūlasaṇṇā（巴）であり、漢訳語としては、食厭想の他に、食不浄想・観食想・観食不浄・飲食不貪想・穢食想念・厭惡食想・穢食思想・貪食想・厭離食想・食不耐想・厭逆食想等がある。

食厭想は、一般に、不浄想・死想等と並置され、一連の想念系列中の一項目として叙述される。Pali 聖典では、増支部經典中に、食厭想を含む想念系列に関する言及が頻繁に行われており、相应部・長部にも数例見うけられる。それらの想念系列には幾つかの型があり、まず、五想（pañca saṇṇā）または五法（pañca dhammā）と呼ばれるものがある。それには三種類あり、①不浄想（asubhasaṇṇā）・死想（maraṇa-s.）・過患想（ādinava-s.）・食厭想（āhāre paṭikkūla-s.）・一切世間不可樂想（sabbaloke anabhirata-s.）²⁾②無常想（aniccasaṇṇā）・無我想（anatta-s.）・死想・食厭想・一切世間不可樂想³⁾③不浄想・食厭想・一切世間不可樂想・無常想・死想⁴⁾というものである。これらのうち③に相当するものは五趣解脱（身不浄想・食不浄想・一切行無常想・一切世間不可樂想・死想）として漢訳阿含にも見られる⁵⁾。③の五想到無常苦想（anicce dukkhasaṇṇā）・苦無我想（dukkhe anatta-s.）を加えたものが七想（satta saṇṇā）または七法（sattadhammā）であり⁶⁾、更に断想（pahānasaṇṇā）・離貪想（virāga-s.）を附加した九想（nava saṇṇā）または九法（nava dhammā）⁷⁾、そして滅尽想（nirodhasaṇṇā）を加えた十想⁸⁾というものがある。これら七乃至十想到相当するものが、漢訳阿含では、七生法（七想。不浄想・

食不淨想・一切世間不可樂想・死想・無常想・無常苦想・苦無我想⁹⁾・七法（觀身不淨・觀食不淨・不樂世間・常念死想・起無常想・無常苦想・苦無我想¹⁰⁾・七想（不淨想・食不淨想・一切世間不可樂想・無想・無常想・無常苦想・苦無我想¹¹⁾・七解脫行想（不淨想・死想・飲食不貪想・一切世間不可樂想・無常想・無常苦想・苦無我想¹²⁾・九生法（九想。不淨想・觀食想・一切世間不可樂想・死想・無常想・無常苦想・苦無我想・尽想・無欲想¹³⁾・十種相應法修行（不淨想・無常想・於無常觀苦想・於苦法中觀無我想・厭惡食想・於一切世間無安樂想・生光明想・觀離欲想・觀滅離想・觀死想¹⁴⁾・十思想（念不淨思想・非常思想・以非常為苦思想・以苦為非身思想・穢食思想・一切天下不欲樂思想・念死思想・不明思想・却意思・滅思想¹⁵⁾として出ている。Pāli 聖典中には、先に見たのとは異なる十想の類型もあり、それは所謂十不淨 (dasa asubhā) の構成要素である骸骨想 (aṭṭhikasaññā)・虫聚想 (puḷavaka-s.)・青瘀想 (vinilaka-s.)・斷壞想 (vicchiddaka-s.)・膨脹想 (uddhumātaka-s.)・膿爛想 (vipubbaka-s.) といった想念を含むものであり¹⁶⁾、漢訳阿含中にも、食不消想・血想・噉想という項目を含む十想の例が見られる¹⁷⁾。漢訳阿含には、六明分想（一切行無常想・無常苦想・苦無我想・觀食想・一切世間不可樂想・死想）といった類型も見受けられる¹⁸⁾。

食厭想を含む上述のような諸想念を修習すれば、大果 (mahapphalā)・大功德 (mahānisaṃsā)・甘露への沈潜 (amatogadhā)・甘露の完成 (amatapariyosānā) が得られる¹⁹⁾とか、一向厭離 (ekantanibbidā)・離貪 (virāga)・滅尽 (nirodha)・寂止 (upasama)・証智 (abhiññā)・正覺 (sambodha)・涅槃 (nibbāna) に導く²⁰⁾とか、煩惱の滅尽 (āsavaṇaṃ khaya) に導く²¹⁾とされており、これら想念の修習は、解脫・涅槃へと直結する重要な行法であったことがわかる。漢訳阿含の方には、「法を増長せしめ損耗有ること無からしむ。」²²⁾とか、「愛を断じ欲を棄て正しく慧に入り苦際を得。」²³⁾とか、「以て諍訟を防ぎ梵行を久立せしむ。」²⁴⁾とか、「有漏を尽くし通を獲し証を作し漸く涅槃に至る。」²⁵⁾といった功德が説かれている。食厭想を含む諸想念の修習は貪の理解のため (rāgassa abhiññāya) に行われるということがしばしば説かれている²⁶⁾が、食厭想のみを単独で修習しても、味渴愛 (rasataṇhā) において心が退転し無関心や厭惡が確立する²⁷⁾とか、「能く貪味を減す。」²⁸⁾とか、「愛所を断ず。」²⁹⁾とされている。

以上のように、食厭想は他の幾つかの想念と相俟って系列を成し、それらを修習することは原始仏教の修行体系の中で可成り重要な位置付けを与えられていたということが窺い知られるが、実際に食厭想がどのように修習されたのかという具体的な説明は見受けられなかった。原始仏教聖典から食厭想の詳細を明らかに

することは甚だ困難であるので、少し時代を経た部派仏教の文献を検討してみた。

Ⅱ 諸論書に見られる食厭想の解説

部派の諸論書中には、食厭想についてある程度纏まった解説を施しているものが幾つか見出された。以下、順次、呈示し、簡単にコメントを加えたい。

まず、南方上座部・無畏山寺派に属し、のち大寺派の教理綱要書 Visuddhimagga 成立の源泉資料となった『解脱道論』を見ると、巻第三「分別行処品第七」に、三十八行処（十一切入・十不浄想・十念・四無量心・観四大・食不浄想・無所有処・非非想処）という禅定修行における心統一の対象となる諸項が説かれ、修行者の性格に応じて修習すべき対象が定められ、意行人は観四大・念死・念寂寂と共に食不浄想を修すべきであるとされる³⁰⁾。巻第八「行門品之五」には、「噉嘗飲食する所を以て彼れ作意して悉く不耐なりとし、彼の想を知り正知す。此れを不耐食想と謂ふ。」と定義され、「揣食の想を知り、五欲の具足を知り、色陰を知り、不浄想を知り、在身の念満を修するを成じ、気味の愛より彼の心を縮離し、善趣に向ひ、醍醐に向ふ。」という八功德が期待されている。どのように修習が行われるかという点、「飲食身に入り、変じて不浄を成じ、不耐を成じ腐臭を成じ、憎悪すべきを成ず」る様を省察するのであり、具体的には、「五行を以て不耐食想を修行」するのであると説かれる。修行者は、衆生が飲食のために困苦し殺害・偷盗・欺誑等の悪業を行うのを見、また、險難所や不浄所を経て乞食によって食を得なければならず（経営）、次に、得られた食物が口の中に入って噛み砕かれ涎唾と和合し犬の嘔吐のような厭悪すべき状態となり（散用）、腹中に吞み込まれて不浄と和合して熟蔵に入り煮え爛れ、人が嘔吐し不浄な器に置いたような状態となり（処）、更に新古の不浄と和合して身体全組織中に流れ込んで充滿し（流）、身・髪・毛・爪等を形成したり、病を発生させたりする（聚）という、食を得る困苦と、食が得られて摂取され身体に入って変容し不浄となり厭悪すべきものとなって行く様を五つの段階を追って認識するものである。この五行を認識することによって、「彼の坐禅人…不耐食想を修行し、厭食に住するを成ず」るのである。そして、「厭を以て自在にして心不乱を成ず。若し心乱れずんば諸蓋は減し、禅分起り、外行禅は住を成ず。」となるに至る³¹⁾。

次に、Visuddhimagga を見てみると、Kammattṭhānagahaṇaniddesa に四十業処 (Cattālīsa Kammattṭhānāni. 十遍・十不浄・十随念・四梵住・四無色・一想・一差

別)が挙げられている³²⁾が、この業処中の一想 (ekā saññā) が食厭想である。食厭想については、Samādhiniddesa において極めて詳細な説明が行われる³³⁾。まず、「四食のうち、食べられ、飲まれ、嚙られ、味わわれる種類の段食こそが、この〔食厭想の食という〕意味における食であると考えられる。その食における不快な様相を把捉することによって生起する想念が、食厭想である。」と述べられ、食厭想の対象が明らかにされる。次に、食厭想修習の方法について、「閑静な場所に赴いて独坐し、…段食において、十の様相によって不快であることが省察されるべきである。」と説かれる。そして、以下、十の様相 (dasah'ākāra) からの省察の内容が、微に入り細を穿って執拗なまでに叙述される。その要約を示せば、「①行くこと (gamana) : 食物を得るためには、精舎内の自分の座を離れて村落に辿り着く迄の到る処で種々の汚物や危難に遭遇しなければならないのであり、そのことから、食の不快が認識される。②尋ね求めること (pariyesana) : 食物を乞うために村落に到った修行者が村落内において経験する種々の不快 (自然の苛酷な条件、人家の排水・汚物、人々との交渉にかかわる困難・不快感) から、食の不快が省察される。③受容 (paribhoga) : 得られた食物は、手によってかき混ぜられる時点で汗が指から伝わって不浄になり、口中に入ってから歯によって咀嚼され、唾液や歯垢と混ぜ合わせられて犬の嘔吐物のような最も嫌悪すべき状態へと変容する。④分泌物 (āsaya) : 体内に受容された食物は、胆汁・粘液・膿・血液と混ぜ合わせられて、極めて嫌悪すべきものとなる。⑤貯蔵 (nidhāna) : 嚥下され胃の中に入って止まった状態が糞坑に譬えられる。⑥不消化 (aparipakka) : 消化されないうちは皆一つになって粘液の膜に覆われ、身体の火熱によって煮沸され、泡沫が集積する。⑦消化 (paripakka) : 食物は赤熱の身体の火によって消化されたのちに、糞となって熟臓を満たし、尿となって膀胱を満たす。⑧結果 (phala) : 食物は完全に消化されたら髪・体毛・爪・歯等の老廃物をもたらし、完全に消化されなければ輪癬・疥癬・風癬・癩・白癩・肺病・喘息をはじめとする何百もの病気をもたらす。⑨流出 (nissanda) : 食物は、食べられる時点では食べる者を喜ばせ楽しませるが、それが目やに・耳垢・大小便等となって九つの門から流出する時点では嫌悪と慚愧の対象となる。⑩附着 (sammakkhana) : 食物は、食べられる時には手や口唇等に附着し、その後、歯垢・耳垢・鼻汁・大小便となって諸器官に附着する。諸器官は洗浄しても決して清浄にならず、また、それらを洗った手からも不快は消え去らない。」というものである。この十相からの食厭の修習は、先に見た『解脱道論』の五行による省察法と基本的には異なる

ものではないが、より一層の論理的整合性・具体性が加わり、更に医学的・生理学的解釈の増幅が認められ、精緻なものとなっている。功德については、「〔五〕蓋は消滅する。…安止〔定〕に到達せずに近行定によって心が統一される。…食味に対する渴愛の心が減退し萎縮し退転する。彼は、險難所を越えようとする者が子の肉を憍慢心を離れて〔食べる〕ように、苦から脱するためにのみ食物を食べる。…五つの欲貪が知り尽くされる。…色蘊を知り尽くす。…不消化等の不快な状態により、身至念の修習もまた完全になり、不浄想に合致する道が実践される。…現世において甘露を完成することができない者は〔来世において〕善趣に到達する。」と説かれている。

説一切有部の『阿毘達磨集異門足論』には、卷第十三「五法品第六之三」に五成熟解脱想（無常想・無常苦想・苦無我想・厭逆食想・死想）が、卷第十六「六法品第七之二」に六順明分想（無常想・無常苦想・苦無我想・厭食想・一切世間不可樂想・死想）が説かれ、それぞれの功德として、「有為解脱の未生なるは生ぜしめ、生じ已れるは増長し堅固広大ならしめ、…速かに無為解脱を証せしむ。」「三明の未生なるは生ぜしめ、生じ已れるは増長広大ならしむ。」ということが挙げられているが³⁴⁾、五成熟解脱想の所に、厭逆食想の定義と修習法が比較的詳しく述べられている³⁵⁾。「厭逆食想とは云何。…段食に於いて、厭逆俱行の作意を發起し、及び毀捨俱行の作意を起し、不浄想を以て段食を思惟すべし。」と定義され、以下、具体的に、「諸の糜飯に於いて、応に臙脂の死屍の勝解を起すべし。粥羹臙に於いて、応に人の稀糞の勝解を起すべし。生酥、乳酪に於いて、…人の髓腦…。」といった具合に、熟酥油・沙糖・蜜→人の肪膏、麤→骨屑、餅→人皮、塩→碎齒、蓮の根茎・生菜の枝葉→連髮・髑髏、漿飲→人の膿血のように、諸種の飲食物において人間の身体の諸構成要素や排泄物・屍体を想起すべきであると説く。つまり、「不浄想を以て」と定義されていたのは、所謂〔身体の〕不浄想ということである。同書では、厭逆食想または厭食想を含む想念系列中に所謂〔身体の〕不浄想は組み込まれていないが、このように、食物と身体の諸相とを同置させ、そこに不浄を見出させるというところには、自ずと、身体を不浄と見なす所謂不浄想の存在が前提となっていることが理解され得る。食厭想中に不浄想をも含有していると言えよう。

所属部派不明の『舍利弗阿毘曇論』には、卷第十六「非問分道品第十之二」に五起解脱法（観身不浄想・観食不浄想・観諸行無常想・観世不樂想・観身死想）・六明分法（無常想・無常苦想・苦無我想・食不浄想・一切世間不樂想・死想）・七想（不浄想

・食厭想・一切世間不楽想・死想・無常想・無常苦想・苦無我想）が説かれ、それぞれの功德は、「能く解脱を得。」「明を生じ明分を得、能く明をして廣大ならしむ。」「大果報を得、大功德を得、甘露に至るを得。」とされ³⁶⁾、卷第十七「非問分道品第十之三」には九想（不浄想・食厭離想・一切世間不楽想・死想・無常想・無常苦想・苦無我想・断想・離欲想）・十想（九想及び滅想）が挙げられている³⁷⁾。六明分法の説明の所で、「何をか食不浄明分法と謂ふ。」とあって、以下、食に搏食・触食・思食・識食の四種があり各々如何なるものであるかが詳細に叙述される。そして、「比丘は搏食を受くること子の肉を食らふが如く、不浄想を観ず。触思識食も、解射想あり、依を滅し欲染を離るることを思惟す。如し行人の若く想し憶想せば、是を食不浄想と名づく。」と定義される³⁸⁾。Visuddhimagga にも見られた子の肉の譬喩が出ている。これは Pāli 相應部の Nidānasamyutta³⁹⁾や漢訳『雜阿含經卷第十五』⁴⁰⁾に典拠が求められるものであり、搏食に対する貪味の戒めを認識させ五欲貪の捨断へと導く譬喩である。本書には、「心に食不浄想を知り分別せば、揣食に於いて心の退没して進まず、漸くに当に除尽し背捨し厭離し已りて正住すべし。」ともあり⁴¹⁾、食厭想と段（＝搏・揣）食との密接性が理解されるが、修習のあり方に関しては具体性を欠いている。

次に、説一切有部の『阿毘曇甘露味論』を見ると、卷下「禪定品第十二」に十想（無常想・苦想・苦無我想・観食想・一切世間不可楽想・不浄想・死想・断想・無欲想・尽想）が挙げられ、それらを常に憶念すれば「苦際を尽くすを得。」とされている。「多く勤苦して食を得て噉ふ時の不浄を憶念する、是を観食想と謂ふ。」とあり⁴²⁾、余り具体的ではないが、食物を得るには多くの労苦を伴うということと、食べる時には体内に摂取されて不浄となるという二点についての省察を強調するものであり、『解脱道論』や Visuddhimagga の食厭想修習のあり方と相通ずるものがあろう。

経量部所属と見られる『成実論』は、卷第十三「無常想品第一百七十三」以下に無常想・苦想・無我想・食厭想・一切世間不可楽想・不浄想・死想・断想・離想・滅想を説明する品が続き、「後三想品第一百八十」に、「若し無常想乃至滅想を修せば、則ち一切の事は訖る。諸の煩惱を滅し陰結の相続を断じて無余泥洹に入ればなり。」とある⁴³⁾。食厭想に関しては、「食厭想品第一百七十六」⁴⁴⁾が設けられ、可成り詳細な説明が施されている。冒頭に、「一切の苦の生ずるは皆食を貪るに由り、亦食を以ての故に姪欲をも助発す。欲界の中に於ける所有の諸苦は皆飲食と姪欲とに因るが故に生ず。食の貪を断ずるが故に応に厭想を修すべし。」

と述べ、前半部では、貪食こそが諸苦の根源である旨が強調され、食厭想修習の意義が説かれる。後半部において食厭想修習の諸相が示される。「此の食の体性は不浄にして極上味の食果も皆不浄なり。…又浄潔なる香味の飲食の如きも即ち浄ならざる時に能く身を利益す。齒を以て咀嚼し涎唾浸漬し、状嘔吐の如くにして生蔵中に墮し、能く身を利益すればなり。…若し人にして美食を得と雖も、還た吐出し已らば更に食らふこと能はず。」「若し飲食無くんば何に由りてか而も皮骨血肉及び糞穢等の諸の不浄物あらん。」「飲食の因縁を以て田作の役使…等の苦を受け、…無量の罪を起す。」「食を以ての故に稼穡等の苦あり。」とあり、食物が身体内で変容して不浄物となるということと、食物を得るためには農事・耕作等の苦や罪が行われるということが認識されるのである。これは、既に見たような Visuddhimagga・『解脱道論』・『阿毘曇甘露味論』の修習のあり方と類似している。本書では、また、「所有の悪道と諸の廁虫等とは皆香味を貪著するを以ての故に其の中に生ず。」という業論も展開されている。

結語

原始仏教聖典においては、食厭想の修習が随所に説かれてはいるが、具体的な方法・内容については殆ど知り得ない。我々は、部派の諸論書の記述から、食厭想についての概念を可成り明瞭に把握することができる。概ね食厭想とは、四食中の段食を対象として、その厭うべき様相を省察・憶念することによって食物に対する貪味を捨断し、延いては諸欲を離れるという瞑想修行であるが、省察の方法について、文献により多少の相異があった。それは大別して二つに類型化できる。一つは、『阿毘達磨集異門足論』に見られるような、身体の不浄を前提として、食物においてそれを想起せしめるという、食物と身体との同置によるものであり、もう一つは、『解脱道論』・Visuddhimagga・『成実論』等に見られるような、食物を得るにあたっての困苦と、食物が体内に摂取されて不快なものへと変容して行くことという二点を省察し、食そのものにまつわる厭うべき様相を強調するものである。なお、諸論書の見解の影響関係を、食厭想以外の諸想念についての解釈の比較等をも併せ行うことによって明らかにする必要がある。

1) 拙稿「パーリ仏教聖典に見られる禅定思想と食物との関係」(『禅学研究』第71号)参照。(以下、紙数の都合により、註記省略。)