

# 佛法術語入門15： 食生色聚

林崇安教授編  
內觀教育基金會，2023.2.24.

## 【佛法術語】食生色聚

【引言】純八法聚：八不離色＝地界.水界.火界.風界.顏色.香.味.食素。  
依四因（業.心.食.時節）有四種色聚：

- 1.業生色聚，如身十法聚，內有火界、業生食素、命根色、身淨色
- 2.心生色聚，如純八法聚，內有火界、心生食素
- 3.食生色聚，如純八法聚，內有火界、食生食素
- 4.時節生色聚，如純八法聚，內有火界、時節生食素

【食生色聚的產生】 1心識剎那＝生時.住時.滅時3小剎那  
食生色聚的起源是四因所生色聚裡的食素[營養]。

- 1.當食物進到胃尚未消化時是時節生色聚。這時節生色聚中的食素，在胃中的消化之火——命根九法聚中的火界——支助下消化成許多食生色聚。達到住時的食生色聚裡的食素，在其他食生食素支助下，又產生新一代食生色聚，該色聚裡的食素又能產生另一個食生色聚；如是食素能夠產生十至十二代的食生色聚，擴散全身。
- 2.孕婦吃下的食物，在消化之火的支助下，食物裡時節生色聚的食素即能產生食生色聚，營養傳送到胎兒裡，從吸取食物開始，在每一心識剎那的生時.住時.滅時皆能生起食生色聚。

3.由其他三因（業、心、時節）產生的色聚裡的食素，在食生色聚裡的食素的支助下，也能產生幾代的食生色聚，且能強化同一色聚裡的其餘色法。

4.一天中所吃的食物，其食素能如此產生新的色聚長達七天，但能多少代取決於食物的品質。天界的食素能產生新的色聚長達一二個月。

5.臨終最後死亡心，生起最後一批食生色聚，存在十七個心識剎那，最後剩下一堆時節生色聚，乃至腐爛。

### 【兩種食生色聚及其成分】

(1) 食生色聚[純八法聚]：八不離色[地.水.火.風.顏色.香.味.食素]

(2) 食生色聚[輕快性十一法聚]：八不離色、輕快性.柔軟性.適業性。

○食生色聚[輕快性十一法聚]是在身體感覺舒服和輕快時產生，例如，在消化良好或食物營養或美味可口時，這些食生色聚容易散播到全身。輕快性.柔軟性.適業性屬非完成色，需要分析而不以觀智觀照。

○這兩類色聚遍佈全身六處的大部分。它們只產生於有生命體的體內。

◎食生色聚的色法成分共有12種：

八不離色、色輕快性.色柔軟性.色適業性、空界。

## 【辨識食生色聚】

禪修者在用餐後，次第地培育起定力，觀察胃或腸裡剛吃下的食物的四界，直到看見食物時節生色聚的食素在獲得消化之火的助力下，產生食生色聚散播至全身。其中的食素名為食生食素。

- 1.當較早生起的食生食素獲得較後生起的食生食素支助時，它能產生許多代的食生色聚，有賴於食物的品質和消化之火的能力。
- 2.辨識散播至眼睛裡的食生色聚：當食生色聚的食生食素遇到眼十法聚裡業生食素時，它能幫助後者產生四或五代的食生色聚；能產生多少代有賴於業生食素和食生食素的強度。 #

## 【參考資料】

1. 南北傳《阿含經》與相關論典
2. 《阿毗達摩概要精解》  
菩提比丘編，尋法比丘中譯
3. 《攝阿毘達摩義論表解》  
法雨道場明法比丘編
4. 《智慧之光》、《親知實見》等  
帕奧禪師著

———吉祥圓滿———