傳統定義的深遠含義：即 anapilāpanatā 的作用，字面上的意義為「不會漂走（或溜走）」，「像水面的南瓜壺」，註釋家又繼續補充說：「『念』深深契入其所緣，非匆匆地掠過表面。」因此，「非表面性」會是個貼近上述巴利語的翻譯，也適用於描述「念」的特色。

【註釋】

(1)見《清淨道論》IV, 47。

(2)同上，IV, 51, 57。使心策勵的三覺支為：擇法、精進與喜；使心平靜的三覺支為：輕安、定與捨。

(3)一本中國道家的論述，深受大乘佛教的影響。

【譯註】

[1]沒有因為特定方法的激勵或刺激，所自動生起的心，稱為「無行」；因為特定方法的激勵或刺激，才生起的心，稱為「有行」。（見 *A Comprehensive Manual of Abhidhamma*, p.36）

[2]意指事物為因緣和合所生之物，而其本身也是其他事物產生的條件。

【心田四季】

尋味

釋見拓

一向自認對吃不甚講究，用齋時，每每盛完飯菜，在缽中攪和攪和，混成一團就往嘴裡送，咸少去搜尋食物的色、香、味。

今年封山禪修的第一餐，卻吃得特別有「感覺」。原來因為用齋場地不同，齋食口味當然是異於平時，在色、香之外總覺得還少了一種熟悉的味道——「鹹」。所以，用齋時不像平日那般順暢，可以一口接一口。

有天，看到滷麵腸，甚至還有紅燒豆包了！滿懷歡喜地多夾了一些，心想：「這下子總該夠鹹了吧！」第一口飯加豆包，沒有鹹味，改吃麵腸，味道仍然清淡！看飯菜已攪拌成一團了，我的心也糾結成一團，一直嘀咕著：「我不是要吃多豐盛，不是要吃多好，我只要一點點能下飯的『鹹』！」

這使我想起，在人生的路上，我們常不自覺地尋找某種熟悉、心安的感覺，在這背後其實是與一些「味道」緊密地結合著：也許是「和諧」的味道——它讓我們避免與人碰撞衝突；也許是「樂觀」的味道——它讓我們躲避生命中的不如意；也許是「謹慎」的味道——它能免除面對恐懼的壓力；也許是「知性」的味道——它可以用來填補情感的空虛；或許是「創新、成就、完美」的味道——它使我們不必接受平凡的自我；也或許是「照顧、被照顧」的味道等等。這「味道」究竟代表著什麼呢？值得好好參一參！

封山禪修的齋食，觸動我去省思日常生活裡的「味道」，開始學著在吃不到熟悉的味道時，也能如實了知自己正在尋味。