

受食時的省思文¹

Paṭisaṅkhā yoniso piṇḍapātaṃ paṭisevāmi,
n'eva davāya na madāya na maṇḍanāya na
vibhūsanāya, yāvadeva imassa kāyassa ṭhitiyā
yāpanāya vihiṃsuparatiyā brahmacariyā-
nuggahāya, iti purāṇaṅca vedanaṃ paṭihaṅkhāmi
navaṅca vedanaṃ na uppādessāmi, yātrā ca me
bhavissati anavajjatā ca phāsuvihāro cā'ti.

如理省思所吃食物，不為嬉戲，不為驕慢，不為裝飾，不為莊嚴，僅為此身住立存續，為止傷害，資益梵行。如此我將退除舊受，不生新受²。我將存活、無過、安住。

¹ 此省思文載於《中部·一切漏經》，在《清淨道論·說戒品》中有詳細的解釋。禪修者應如理省思所食用的食物，即思維其正確用途和目的，這稱為「資具依止戒」(paccayasannissita-sīla)。

² 我受用此食物將能退除先前飢餓的苦受，也不會由於無限量地食用而生起吃得過飽的新的苦受，應如病人服藥一般。