

数息总论

Kosalla Bhikkhu@Kosalla_China

Tattha iminā ādikammikena kulaputtena paṭhamam gaṇanāya idam kammaṭṭhānam manasi kātabbam . Gaṇentena ca pañcannam heṭṭhā na ṭhapetabbam. Pañcannam heṭṭhā ṭhapentassa hi sambādhe okāse cittuppādo vipphandati sambādhe vaje sanniruddhagogaṇo viya. Dasannam upari na netabbam. Dasannampi upari nentassa gaṇananissitako cittuppādo hoti. Antarā khaṇḍam na dassetabbam. Antarā khaṇḍam dassentassa“ sikhāppattam nu kho me kammaṭṭhānam, no” ti cittaṃ vikampati. Tasmā ete dose vajjetvā gaṇetabbam.

Okāseti gaṇanavidhiṃ sandhāyāha.

Gaṇananissitova na kammaṭṭhānanissito.

Khaṇḍan ti ekaṃ tīṇi pañcāti evaṃ gaṇanāya khaṇḍanam. **Khaṇḍan** ti“ ekaṃ tīṇi pañcā” ti ekantarikādibhāvena gaṇanāya khaṇḍanam. Atha vā khaṇḍanti antarantarā katipayakālam agaṇetvā puna gaṇanavasena antarā odhiparicchedo na dassetabbo.

‘ ‘ **Sikhāppattam nu kho** ’ ’ ti idam cirataram gaṇanāya manasi karontassa vasena vuttam. Tathā khaṇḍam dassentassa hi“ kammaṭṭhānaninnaṃ pavattati nu kho me cittaṃ, no” ti vīmaṃsuppattiyā vikkhepo hoti, tenāha **sikhāppattam nu kho metiādi**, idaṇca evaṃ khaṇḍam dassetvā cirataram gaṇanāya manasikarontassa vasena vuttam. So hi tathā laddham avikkhepamattam nissāya evaṃ maññeyya.

初学此业处的善人，首先应以数数方式注意业处(入出息)。数息时，禅修者不应数至五以下，对于数至五以下的禅修者，心之生起在狭窄的空间里挣扎，犹如被关押的牛群在狭窄的牛栏里挣扎一样。不应数至十以上，对于数至十以上的禅修者，心之生起成为依靠数字而已。不应中断其间的系列。对于中断其间系列的禅修者，其心颤动而想，“我的业处是否已达到顶点？”因此，禅修者应当避免这些过失而进行数息。

"Okase(在空间里)"一词是就数数的系列而言。不应数至十以上，对于数至十以上的禅修者，心之生起成为依靠数字而已。不应中断其间的系列。对于中断其间系列的禅修者，其心颤动而想，“我的业处是否已达到顶点？”因此，禅修者应当避免这些过失而进行数息。

依靠数字而已，并非依靠业处(入出息)。不应中断其间的系列。对于中断其间系列的禅修者，其心颤动而想，“我的业处是否已达到顶点？”因此，禅修者应当避免这些过失而进行数息。

"Khaṇḍam(断片)"是指，“一、三、五，”如此中断数数的系列。“khandam(断片)"是指，“一、三、五，”如此以间隔一个数字的方式中断数数的系列。以另一种方式解释，“khandam(断片)"是指，在数息系列之中，由于停止数数几次后又再数而存在其中的间隔。不应展现这样的间隔，意即，不应作断续性数息。对于中断其间系列的禅修者，其心颤动而想，“我的业处是否已达到顶点？”因此，禅修者应当避免这些过失而进行数息。

"我的业处是否已达到顶点?"之所以这样说，是因为用相当长时间以数数方式作意之故。因为，对于如此断续数数的禅修者，随着这样的思量的生起，“我的心是否倾向于业处？”而变得散乱，因此说，“我的业处是否已达到顶点？”等。也因为以断续数数方式作业业处相当长时间而这样说。其实，依于如此(用相当长时间数息)而获得的仅仅心不散乱之状态，他才会这样想。因此，禅修者应当避免这些过失而进行数息。