

## 沙門愛惜自己的身體嗎？

彌蘭陀王問那先：「沙門愛惜自己的身體嗎？」

那先：「沙門不愛惜自己的身體。」

「如果沙門不愛惜自己的身體，為什麼需要休息？睡眠時還要安穩溫暖舒適的床鋪，飲食也想有美味食物，這是為什麼呢？」

那先反問國王：「國王親自參加過戰鬥嗎？」

「是的，我打過仗。」

「在戰爭時，您曾被刀刃、弓箭所中傷嗎？」

「我好幾次被刀刃所傷。」

「您如何對待傷口呢？」

「我先擦膏藥，再用棉布仔細包裹起來。」

「國王是因為喜愛傷口，所以擦膏藥又裹棉布嗎？」

「我不愛傷口。」

「國王不愛傷口，為何要擦膏藥又裹綿布來保護它呢？」

「我只是想快點痊癒，不是愛護傷口。」

那先：「沙門也是這樣，不愛惜自己的身體。雖然有飲食卻不貪著，不追求珍饈美食，但也不會讓自己面黃肌瘦，因為要維護好色身來奉行佛陀的教法。佛經上說：『人身上有九個孔穴，是被九把弓箭所射傷的瘡孔，每個孔穴都是放出臭氣且不清淨的地方。』」



### 【啟示】

身體雖是臭皮囊，但佛陀教人解脫苦惱，還要藉重這個色身來修行。佛門有四種食：粗搏食、觸食、意思食、識食。「粗搏食」指物質的食物，可以滋養身體；「觸食」指愉悅的感受，如耳聽好聲、眼睛見到美好的風景；「意思食」指人的意念、意志；「識食」指了知、分析、判斷。這「四食」都是作為一期生命維持、延續的重要因緣，也是修行的重要功課，由四食滋養健康身心，才好修道。——珍惜色身這個法器，人身乃盲龜出浮木孔般難得啊！