

再問誰是那先？

大臣沾彌利望群問那先：「您昨日為什麼對國王說沒有那先呢？」

那先反問：「那您認為，什麼是那先呢？」

沾彌利望群：「我認為具有呼吸、吐納的生命之氣，就是那先。」

「一個人如果呼出的氣不再回到本身，還能活著嗎！」

沾彌利望群：「只出氣不進氣，必定一命嗚呼！」

那先：「是嗎？如人吹奏樂器，氣息吹出後，會再回來嗎？又如鍛鍊金屬，用金笛來吹火，吹出的氣息，能再回到自身嗎？」

沾彌利望群：「不能。」

那先：「同樣是呼出氣息，氣息不再回到身體裡。可是，為什麼人不會死？」

沾彌利望群：「這個道理太深奧，我無法明瞭，請尊者為我解說。」

那先：「呼吸是身體的功能。就像舌頭的功能，是說出心中的想法；意念的功能是去思考、懷疑。各器官有各自不同的功能，如果分開來看都是空的。所以，那先只是一個假名，並沒有那先。」



【啟示】

呼吸是重要的，「人命無常呼吸間」，一口氣不來，便嗚呼哀哉。緩慢而深層的深呼吸能使心情穩定，延年益壽。但是呼出的氣和吸進來

的氣，是同一口氣嗎？不是，而是一直在更新陳代謝，在無常變化當中。心念隨時在變動，遇到同樣的事，因心境不

同，反應相異，身體則配合著心的指揮，說出不同話語，顯現不同的表情。所以，修行在修心，去觀察煩惱是空，明瞭「無我」不是沒有

功能，也不是一成不變。因此，沒有所謂的那先，「那先」只是一個代號。