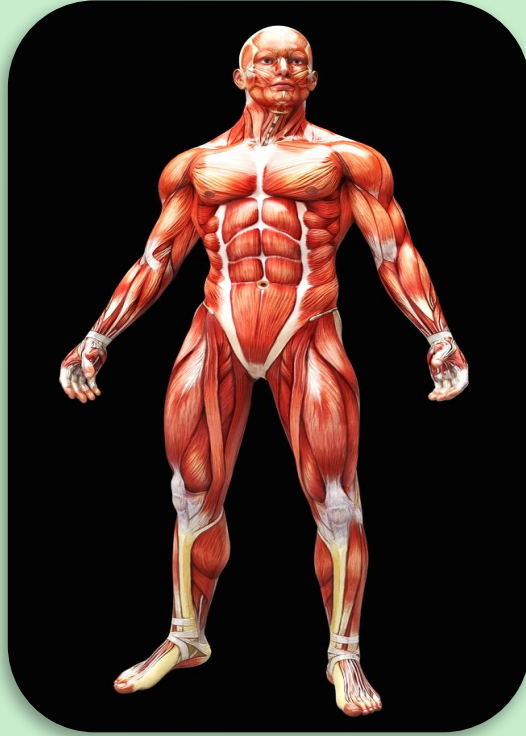


# 身體之城

(Kāyanagara)



編輯：普拉克·桑蒂拉克

**Plyak Shonthirak**

(巴利語與文化哲學家)

英譯：護法比丘 (Bhikkhu Dharmagupta)

中譯編輯：Nanda (臺灣)

# 目次

前言.....	1
1. 身體之城的地區.....	1
2. 身體之城的保護者（統治者）.....	3
3. 「身體之城」的內部.....	9
4. 警報.....	10
5. 事件的開端.....	11
6. 死亡之城.....	12
7. 軍事力量準備.....	13
8. 前進.....	15
9. 建議.....	16
10. 看不見的敵人.....	19
11. 心王的夢.....	21
12. 心王的夢得到解決.....	22
13. 打開皇家國庫.....	24
14. 準備船.....	27
15. 障礙.....	29
16. 不死大城（不朽的大都會）.....	31

## 前言

身體之城（Kāyanagara）這本書雖小，但卻是一本重要的著作，它通過描述各種人格來全面解釋心的本質。這有助於並激發了，對存在於頭腦中，將要被創造和摧毀的善和不善本質之正確理解。它以心王統治的城市來比喻身體；心王有 52 位顧問。在這 52 人中，25 人是善的，14 人是不善的，13 人是那些可能站在任何一邊的人。國王通常透過聽取不善者和兩邊的人（偏執者）的建議來管理他的王國。

國王進一步受到無明王后（Avidyā 無知）和貪愛（Tanhā 執著）的鼓勵。結果，這座城市不斷惡化。同一座城市也由閻魔王（死亡之王）統治，他一直反對心王。死王以此為契機，派出軍隊進攻身體之城。這座城市被徹底摧毀；心王計劃按照 25 位善者和 13 位是可能站在任何一邊的人的建議前往不死之城（不朽的大都會/涅槃）。在殺死了無明和貪愛王后後，心王永遠去了河對岸寧靜的「不死之城」。

本書出版所需的經費，是在佛法和僧伽家族（the Buddha Dharma and Sangha family）的協調員蘇尼塔釋迦（Sunita Shakya）和布班釋迦（Bhuban Shakya）的努力下籌得的。我要衷心感謝他們和所有虔誠的信徒，他們為這本書慷慨解囊。我還要打從心底地感謝塔庫爾·普拉沙德·烏普雷蒂（Thakur Prashad Uprety）先生和蘇什瑪·巴傑拉查里亞（Sushma Bajracharya）女士分別對尼泊爾語和英語的編輯提供的支持，並祝福他們身體健康。

我還要衷心感謝印刷廠的家人。最後，但並非最不重要的一點是，我衷心祝福大家都能前往「不死之城」。

- 譯者

# 1. 身體之城的地區

## 1. 身體之城的地區

身體之城 城寬一肘，長四肘，厚一巴掌。

有四堵牆。

一. 皮膚

二. 肉

三. 神經

四. 骨頭

城裡有四個堡壘。

一. 頭髮 (Kesā)

二. 體毛 (Lomā)

三. 指甲 (Nakhā)

四. 牙齒 (Dantā)

這座城市有九個城門（Nagaradvāras）。

1. 口門：它的作用是帶來食物來滋養城市內部。

2. 直腸：負責清除變質的食物。

3. 泌尿道：用於排出廢水。

4/5. 兩個鼻孔：負責吸氣和呼氣；聞香、臭。

6/7. 兩隻耳朵：這是為了聽到外面的消息。

8/9. 兩隻眼睛：用於觀察所有事件。

這座城市有5座宮殿（城堡）。

一. 眼宮殿：一個妃子 Rupā（色）住在那裡。她很漂亮，照顧著這座宮殿的居民。

二. 耳宮：有一位名叫 Sabdā（聲音）的妃子住在那裡。她可以表演音樂，演奏樂器，並向居民報告事件。

三. 鼻宮。那裡的妃子名叫 Gandhā（氣味/Vāsnā）。她總是為居民帶來美味的食物。

四. 舌宮。那裡的妃子是 Rasā（味道）。她會做飯，總是給居民帶來甜美可口的食物。

五. 身宮。住在那裡的妃子名叫 Phassā（觸摸）。她是呵護那裡居民的專家。她總是讓每個人都感到溫暖。

## 2. 身體之城的保護者（統治者）

“心王”是身體之城的統治者。他有兩個王后；右邊是「無明（無知）」，左邊是「渴望」。心王是一位王室成員，他對自己的慾望非常著迷。他被加冕為國王，並被置於王室的心臟中。心王總是接受並贊同兩位王后所說的一切。

身體之城有四個牧師（部長） - Lobha（貪欲）、Dosa（瞋恚）、Kodha（忿怒）和 Moha（癡）。「貪欲」部長和「癡」部長們在國庫中積累了財富。「瞋恚」部長和「忿怒」部長用刀/武器攻擊他人。攻擊者認為他們不會再回來了。

國庫有一位名叫「吝嗇」的財務主管，他非常吝嗇和嚴密。他拒絕輕易付錢給任何人。

每天有三組將軍都參與心王（活動）。1. 「道德變數」群體（Aññasamāna，13 個行為相同的群體參與意識：熟練的和不太熟練的），2. 「善美、高尚」團體（Sobhana，25 個 Sobhanacetāsika，執行紀律者） 3. 「不善」團體（Akusala，14 個不善）直接隸屬於無明王后（無知）和渴望王后（貪愛、渴望、慾望）。

備註：

2.1. 「道德變數」群體有 13 位官員：

Phassa（觸摸，接觸）處於尋找並接觸觸摸物體的位置。

Vedanā（感受）處於找到目標（Ārammana 所緣）並體驗快樂、悲傷和平靜的位置。

Saññā（想、感知）是在“記住目標”並體會目標之品質的位置。

Cetanā（思、意圖）處於“根據慾望尋求目標”的位置。

Ekaggatā（一境性）處於“不干擾對象”的位置。

Jīvitindriya（命根、生命機能）處於“從事醫療者，以保持活的大腦的活力”的位置。

Manasikāra（作意）以微妙的克制看待（即注意對象）。

Vitakka（Vitarka，最初的想法、尋）主宰著情緒。

Vicāra，（伺、持續的心專注）這個想法進行深思熟慮。

Adhimokkha（決心、信解、勝解）是有權、有能力做出決定的權威。

Viriya（精進、努力、能量）奮鬥至死，處於“永遠不會消失”的位置。

Pīti（喜、禪悅、狂喜）給人幸福或愉悅的感覺。

Chanda（欲、意欲、願、願望）讓追隨者滿意。

2.2. Sobhana（善美、高尚）組有 25 名紀律官員：

Saddhā（信心）清楚地表明了這樣的普遍性，即有效行動的結果是有效的；不熟練行動的結果是不熟練的。

Sati（正念）是一種說話、行動和思考之前的正念意識。

Hiri（慚、道德羞恥）讓人們對不端行為感到羞愧。

Ottappa（愧、道德恐懼）在犯罪時產生對後果的恐懼。

Alobha（無貪）教導知足感。

Adosa（無瞋）克制惡意的想法。

Tatramajjhataṭṭā（中捨性）教導捨。

Kāyapassaddhi（身輕安、心所輕安，心理因素的寧靜）教導說，當情緒平靜時，就會獲得幸福。

Cittapassadhi（心輕安、意識的寧靜）教導說，如果心平靜，就會有幸福；或者說，如果沒有雜念，心就會平靜。

Kāyalahutā（身輕快性、心所之輕，精神因素的輕盈）教導人們放下重擔。

Cittalahutā（心輕快性、意識之輕）結束了所有的悲傷。

Kāyamudutā（身柔軟性、心理因素的柔軟性或可塑性）是大使，他以有效的方式進行教學。

Cittamudutā（心柔軟性、意識的柔軟性或可塑性）建議不要苛刻。

Kāyakammaññatā（身適業性、心理因素的適應性）教導增加心靈的情緒並且能夠做任何事情。



Cittakammaññatā（心適業性、意識的適應性）處於促進一切的位置，如思考等。

Kāyapaguññatā（身練達性、心所熟練度、精通心理因素）訓練不要慢，要敏捷，要快。

Cittapāguññatā（心練達性、意識的熟練程度）處於訓練快速流暢地思考的位置。

Kāyujjukatā（身正直性、心理因素正直）教導人們不要使用暴力，不要奪取他人的財產，在國外旅行時不要無禮。

Cittujukatā（心正直性、意識的正直）是一種保持心靈正直、走在中道上的意識。

Sammāvācā（正語、正確的言語）處於訓練的位置，說實話，不說謊，團結的話，有禮貌，謙虛，只談論將要發生的事情。

Sammākamanta（正業、正確的行為）是修習善行。

Sammā-ājīva（正命、正確的生計）訓練意識，使人們遠離錯誤生計並过上美好生活。

Karuṇā（(慈)悲、同情心）建議如何以善意幫助那些身處困境的人。

Muditā（(隨)喜、同情的喜悅）教導我們透過擺脫嫉妒，來為他人的進步感到高興。

Paññā（智慧）是成為萬事萬物專家的修行。

### 2.3. 「不善心所」 (Akusalacetasika) 集團軍有 14 名將軍：

Moha (痴、妄想) 引起迷戀和困惑。

Ahirika (無慚) 促使人們不知羞耻地做壞事。

Anottappa (無愧、道德上無所畏懼) 鼓動你去做壞事而  
不怕犯罪惡的事。

Uddhacca (掉舉、躁動不安) 是一種高度記憶，它擾亂人的  
思緒，直至使人迷失方向。

Lobha (貪、貪婪) 激發你永不滿足地戰鬥。

Ditṭhi (邪見、錯誤的觀點) 處於認同是與非的位置。

Māna (慢、自負) 處於傲慢自大的地位，認為無人能及  
(沒有人像他一樣)。

Dosa (瞋、仇恨) 會破壞友誼和同情心，並引發毀滅。

Issā (嫉妒) 會讓人嫉妒他人的進步，激勵那些不希望別人  
比自己好的人。

Macchariya (慳、吝嗇) 不斷誘發吝嗇。我不想給任何人  
任何東西，卻想得到別人的東西，或者激勵我從別人那裡獲取  
任何東西，並教導我不要給予任何人任何東西。

Kukkucca (惡作、追悔；憂慮，懊悔) 會導致懺悔並破  
壞和平。

Thīna (昏沉，懶惰) 會導致悲傷和昏昏欲睡。

Middha（睡眠、麻木，疲倦）誘發懶惰，睡眠。

Vicikicchā（疑、懷疑論）會讓人在做出正確決定時產生懷疑和困惑。

### 3. 「身體之城」的內部

在「身體之城」內部，有成千上萬的好僕人和壞僕人。它們有些很小，有些很大，有些很活躍。它們也被稱為寄生蟲，如毛髮狀細菌（紗線蟲）、通體細菌（flux germ）、梅花狀鈎蟲、腸道細菌（條蟲）和蠕蟲（Jukā）等細菌。這些細菌不是很忠誠。他們只會摧毀這座城市。心王將他們拒之門外。要知道，如果這些存在，除了摧毀城市之外，還會讓敵人攻擊城市。這些都是壞戰士。

除此之外，生（Jāti）和集（Samudaya）是兩位女王「無明」和「渴望」的親戚，他們會干涉城市事務。「生」者建造了城市，而「集」者則裝飾了城市。

「身體之城」有三個輪換的季節—快樂、悲傷和中立的季節。「心王」永遠生活在這三個季節中。

「無明」女王和「渴望」女王都在激勵和慫恿雄心勃勃的國王—心王。他們阻止所有慈善技術團體的軍隊進入城市。一個善良、令人難忘、有智慧和受人尊敬的人將被「心王」用棍棒打，並被趕走。相反，她們敦促對愚蠢的騙子給予獎賞。心王被皇后們迷得神魂顛倒，只能夢見她們。

## 4. 警報

「善美」集團最資深的占星家「正念」將軍認為，這座城市很快就會發生一件大事，因為「心王」對他的「無明」和「渴望」非常著迷。這兩位女王只會造成問題。「正念」認為，如果他就這樣離開，那將是危險的徵兆。然後他（「正念」）向心王說：『國王，準備保衛這座城市。』

聽到占星家的警告，心王大吃一驚，問道：「正念」，我們要如何準備好（那些）保護我們的士兵呢？”

占星家吩咐「心王」為他辯護，並說：“國王，您應該在門口安排「法的武器」。捐獻善良的盾牌來保護城市。國王應該禮拜、冥想和友善。不要太被「無明」和「渴望」所迷惑，這會毀了這座城市。不要讓「渴望」的朋友經常出現，因為他們總是會慫恿國王走錯路。雖然這些王后如寶石般美麗，但她們會毫不在意地離開國王而走開。“我絕不會讓國王獨自受苦。”

心王已經意識到他自己的心念（意識）。占星家證實了這件事。心王感到羞愧並害怕危險，他說：“現在我將減少對這兩位王后的愛，並注意按照你的警告去做，非常感謝您。

## 5. 事件的開端

「不善心所」集團的勇敢指揮官「邪見」(Ditṭhi) 和「慢」(Māna 自負) 得知此事後，走到「心王」的頭前說道：“偉大的國王，不要灰心，不要害怕任何事情。”「無明」和「渴望」女王補充道：“你會像君王一樣得救；你不應該屈服於任何人的要求，並且表現出不尊重。殿下，你怕什麼敵人？”。

「無明」王后開始說：“他才華橫溢，無人能及。今天，他只是快樂，他希望得到他想要的。如果他沒有穩定的生活，他就會讓人們感覺好一些。”

「渴望」王后說道：“國王，”，便開始了她的演講，“請不要相信占星家「正念」，他假意說你和這座城市不吉利。敵人能在哪裡攻擊我們？請相信我們倆。”

心王聽了兩位王后的話，同意了他們的意見。然後，指揮官惱羞成怒，憤怒地傷害了「正念」。國王下令將占星家逐出王宮。當「正念」被命令驅逐時，他離開了。就連忠心耿耿的「善美」軍隊一行人也不敢警告心王。他們徹底逃離了這座城市。

「心王」對「渴望」和「無明」更加著迷。直到他在城裡進行了考察測試之前，他還沉迷於酒精、女人和愚蠢的將軍。這不是國家應有的行為。寄生蟲輕而易舉地進入城市。可怕的事情開始發生。

## 6. 死亡之城



文中提到了另一個大城市，名為「死亡之城」。「閻魔王（死王）」統治著那裡。只要聽到「死王」的名字，每個人都會尖叫和哀悼，因為如果「死王」攻擊任何一座城市，這座城市就會立即毀滅。那裡沒有金錢和黃金的幫助，沒有愛，沒有恨。只要「死王」願意，無論躲在哪裡，任何人都逃不出他的手掌心。

死王有兩位傑出的士兵，分別是「老」（Jara 腐朽，作為死神的使者）和「病」（Byadhi 疾病，死神的使者）。這兩個士兵正在向四面八方大喊大叫。這兩個首席士兵就像死王的左手和右手。他們肆意地攻擊。

死王在與主要大臣協商後，決心將大小地區的權力結合起來。其中「老」和「病」以顧問的形式擔任大臣。他們一直處於死亡之城首腦的前線。

他在會議上宣佈：「現在，大區和小區都在我們的控制之下，其餘的地區都不在我們的控制之下，現在是到了我們進攻的時候了。」

黃金占星家（死王的占星家）回答道：「主啊，身體之城的統治者——心王，現在即將垮臺，所以這是我們的機會。」

會議上，大臣們一致同意黃金占星家的意見。因此，死王建議前往「身體之城」發動進攻。他安排了一支勇士軍隊，攻破了「身體之城」的堡壘和城牆，俘虜了「心王」，並將他帶出了城。

## 7. 軍事力量準備

在死城的會議上，首席部長「老」，主動要求查看城市環境——“死王，我想作為第一個志願者前往，與評估「身體之城」檢查工作的將軍「地大（Paṭhavī）」交朋友。主啊，我邀請他盡情享受，直到他忘記看城市，當他看到城市混亂時，我將大肆進攻。”

死王對「老」的計劃感到滿意。

「疾病」說：“死王，我敦促瘟疫襲擊身體之城，訓練使用武器，訓練第八中校「疾病（Roga）」，包圍身體之城的營地和堡壘；主啊！只要有機會，我就會襲擊身體之城並消滅軍隊。”

死王的另一位將軍，比「老」和「病」年長，他主動說：“死王，如果「老」的軍隊和「病」的軍隊回到我們的城市，我將率軍前進，攻擊並消滅身體之城的軍隊，無論是兒童還是成人；我都會抓住身體之城的「心王」，我要把他帶到您面前。”

死王很高興聽到三位將軍自願進攻身體之城。於是，他命令兩位將軍「老」和「病」，立即動員軍隊進攻「身體之城」。

「老」將軍和「病」在接到死王的皇家命令後，迅速出去招募士兵。他們製造了愛滋病，將勝利的旗幟舉在他面前。象皮病送到了大象的部門。破傷風被分配了一個師馬隊。霍亂則交給了弓箭手師。痔瘡被賦予了軍事場地的負責人，其他軍官穿著魔羅靴緊隨其後。疝氣、癬、帶狀皰疹、侵襲神經的毒液疾病、電暈、感冒、流感、癌症、肺結核，一排排左右相繼出現。



指揮官身穿猴子皮衣，戴著眼鏡，坐在一輛守衛的廂型車裡，左手拿著燃燒的火炬，右手拿著一根手杖。「病」將軍成為後衛，身穿牛皮夾克，四手持刀、斧頭、鐵鍬和火把作為武器。麻風病一找到合適的機會，就立即在身體之城建立了一支軍隊。

## 8. 前進

死亡之城的軍隊逼近了心王的身體之城，命令軍隊在距離身體之城不遠的地方停下來；秘密進入，查看身體之城的情況。心王對王后的貪慾和無知如此著迷，以至於他不關心國家體制和安全。他根本就沒有想過如何拯救這座城市。

賈拉（「老」）指揮官的入侵部隊進入並攻擊了皮膚外牆，直到牆倒塌。就連心王也沒有感覺到，而驕傲的身體之城的人民也一樣，因為他們只認為它很有趣。同時，賈拉將軍命令士兵拆除肉牆。然後第二層肉牆的髮堡受到攻擊，髮堡由黑轉白。

當心王聽說死王派軍隊進攻身體之城時，他非常震驚，並趕往眼門（朝向眼宮）查看這一事件。當他看到的只是「老」將軍的軍隊攻擊所產生的黑暗煙霧時，心王說：“這是什麼？”。他去看了堡壘的城牆。門完全壞了。然後他打電話給身體之城督察（地, Pathavi），並命令道：“你的工作是保護這座城市，現在死亡大軍來攻擊我們的城市，你在做什麼？趕快仔細修復並保護這座城市。”

督察(地)接到命令後，立即趕去修復這座城市。他帶來了白色石灰粉，粉刷了肉牆。他帶來了黑色液體，修復了頭髮堡壘。在督察到達之前，修復它已經太晚了。他修得越多，情況就越糟。當攻擊變得更加有效時，「老」說：“哈哈，他……很快，身體之城就和其他城市一樣，將落入我們國王的手中”，並命令士兵進入拴住城市的鐵鍊洞。他命令他們把它做成一個鈕扣，並按下牙齒的堡壘，直到那些岩石掉落；哦，如果督察未能修復和修改，他會立即向心王懇求 - “我的主，國王，我不可能修復，我無法修復。

## 9. 建議

當督察(地)來懇求他時，心王變得專注些。然後他想起占星家曾經警告過，城裡會有危險的恐懼。但渴望和無明王后勸他不要相信他。占星家被驅逐了。再一次，現在占星家「正念」已證明的恐懼和危險；已經成為現實，並得到證明。因此，他的心開始疼痛，他下令打電話給占星師「正念」。

這次，占星師「正念」有點擔心心王不聽從他的命令，於是和皇家顧問，「正智」(Rājaguru Sampajañña)，一起出現在身體之城的心王面前。心王看到二人出現在國王的衙門裡，非常高興，說道：「哦，兩位占星家，現在內外的城牆和堡壘都遭到了敵人的攻擊，幾乎已經被摧毀了。你們倆都好好地保護這座城市。」

正念說：「國王，這次來攻擊身體之城的敵人是死王的軍隊。他有三支軍隊，其中一支是「老」的軍隊；它首先攻擊身體之城的軍隊。死亡的軍隊還沒有到來。「病」的軍隊將掌摑你，「死亡」的軍隊將粉碎這座城市，直到它被摧毀。他會抓住你並交給死王。現在「老」的軍隊已經進城並展開攻擊；所以陛下，請想辦法保護這座城市。」

身體之城的皇家顧問——「正智」補充說：「國王，如果您不事先保護自己，您將被逮捕並被送往死王處。他將迫使您遭受多種酷刑，並將您關進地獄般的監獄。國王，請向「信心」和「智慧」下達您的命令，讓他們幫助消除國王恐懼的根源。」

與此同時，25位將軍追隨者叩拜支持心王，以遵循兩位占星家的意見。

根據兩位占星師的請求，心王允許「信心」和「智慧」準備五種類型的軍隊：信（Saddhā 信心）、進（Viriya 精進、努力）、念（Sati 正念）、定（Samādhi 專注）和慧（Paññā 智慧）來對抗死亡之城的軍隊。

此時，二十五個紀律嚴明的人也自願參戰。他命令「慳」國庫總管，從國庫中提取王室財產，準備補給；用於造福國家；並從死亡之城俘虜士兵。

當「慳」國庫總管接到這樣的命令時，他去找「渴望」和「無明」兩王后，請求王后推遲從王室資金中給他們發錢。因為如果他們必須分發更多的錢，國庫裡的錢豈不是會減少嗎？

「渴望」和「無明」兩王后聽了「慳」國庫總管的話後，心裡都很不舒服，就去對心王說：「大王，您為什麼要相信那些狡猾的占星家和他的將軍們的無用建議呢？如果我們揮霍無度，寶藏就會耗盡；為了積累財產，防止流失，我們倆都費了好大的勁。「慳」總管對此做出了重大貢獻。他不輕易花錢，而是妥善保管。大人，不要相信那個狡猾的老占星家。他們只會布施和乞討。當錢花光了，他們就會各奔東西。我倆如花似玉，會愛護你、為你出謀劃策，並對你忠心耿耿。國王啊，請不要再從國庫中取錢了。」

「不善心所」集團的十四個將軍，也是女王的好友，都俯首支持王后的話，並補充道：「大王，我們都會自願與敵人作戰，不會讓城池被敵人摧毀，也不會讓大王被俘虜；您安心休息吧，不用擔心，大王。」

心王聽了「渴望」和「無明」女王的一番話，表示同意。結果，心王對這群占星師更加生氣了，他說：「啊，不道德的占星家和智慧的力量啊，試圖動搖心王，譴責我不吉利，危害

城市；你們將被立即驅逐出城，讓你們（占星家和顧問）離開這座城市。

心王對這兩位王后更加著迷，感謝兩位王后的建議，並給了國庫總管——「吝嗇」很大的獎賞。

## 10. 看不見的敵人

「病」的軍隊指揮官是陸軍參謀長「老」的助手。當他得知「老」的軍隊已經進攻身體之城時，他命令他的疾病軍隊挺身而出幫助「老」。「疾病」的指揮官到達城市附近並放火燒了身體之城。

即使在加入了「老」軍隊時，「病」將軍也沒有看到身體之城的士兵出來守城。所以，他只看到了「老」將軍的臉，並說為什麼這麼容易，兩人就開始猛攻身體之城。突然，城門大開，迎接「病」將軍，坐在右邊的百病惡菌出現了。

指揮官感到難以置信的高興。疾病，病菌從腸子裡出來；這種一般疾病的士兵的身體是輕飄飄的、無形的，人們無法以任何方式輕易地看到和應對它；只有那些神聖的人才能看到它們。疾病大軍更喜歡折磨和俘虜他人，而不是殺死他們。他們希望看到許多人受苦。人越痛苦，疾病就越快樂。

當「病」士兵成功進入身體之城並發動攻擊時，他們開始以多種方式折磨市民。他們繼續折磨，直到聽到全城都是受刑者的尖叫聲。當指揮官羅伽（疾病）進入心王的宮廷時，他看到心王和他的兩位王后正在睡覺。他立刻攻擊心王。

心王感到全身疼痛，他說：「發生了什麼事？」。尋找襲擊他的人；他左看右看，卻沒有發現在他的耳邊；他只聽到搖晃的聲音。心王的身體非常疼痛。他抱起兩位女王，呼喚她們來幫忙：「親愛的王后們，救救我」。

指揮官問道：「現在怎麼了？」

渴望和無明王后從睡夢中醒來。看到主人的狀況，她感到震驚。無明王后看到丈夫的身體在顫抖，她顫抖著小聲問

道：“國王，您怎麼了？”渴望王后以為心王餓了，便問道：「國王，您想吃什麼？酒、鴉片、大麻、豬肉、羊肉、蘑菇、鴨肉、雞肉、紅杉，它們都準備好了。如果你放棄這些東西，你就會變得苗條。你會表現得好像你不愛自己；你想要別的東西嗎？告訴我。我會提供您想要的任何東西。」

心王否認一切，說自己什麼都不想吃。

羅加（病）將軍心中笑著說道：「好吧，我現在不殺你，等一下再殺你。現在我要給你痛苦，折磨到死。」因為他已經將致命的毒藥注入心王的體內。

「今天我走了，你要受苦到死，哈哈哈哈哈。」將軍帶著「病」出征，與心王一起出去摧毀身體之城的所有堡壘、城門和城牆。

心王由於全身的疾病摧毀了他的生活，毒害了他的生命，身體上承受了很大的痛苦。兩個王后看到主子的狀況，感到非常驚訝。看到如此悲慘的狀況，她們拿出御醫、咒術師、巫婆、薩滿(Shāman)來救他脫離痛苦；但他沒有康復。（這是）無法治癒的，因為那是致命的毒藥，知道這種毒藥的人很少。他會在這裡找到呢？



## 11. 心王的夢

心王在某種程度上從肉體的痛苦中恢復過來。他厭倦了毀掉他生命的羅加將軍之毒藥。於是，他睡著了，夢見一個特別的人（魔術師女孩）飛來，左手拿著天平，右手拿著一把燃燒的錘子。她問了心王兩個問題。

人民領袖，身體之城之王，有兩個問題 - 1. 縮短長的 2. 繼續短的？大王，請回答這兩個問題。如果您不能在三天內找到答案，就會有恐懼和恐怖。如果您能回答，您的病就會痊癒；每晚你都會快樂、喜悅、幸福。問完問題後，那人就消失了。

心王非常害怕和震驚，並且清楚地記得這個夢。他召集了 25 名紀律嚴明的軍隊首長；他們一到，就解釋了他所看到的夢境。他敦促他們解決那特別人員提出的兩個問題。

二十五位紀律首長互相磋商，達成共識，並回答（說）：「哦，國王，現在你必須面對後果（星球上的罪惡地位），十四個愚人激怒了你，讓你把錯的當成對的，把對的當成錯的；讓你把責備和虛假當成對的。這樣，外面的敵人就進來攻擊，因為裡面有敵人像荊棘一樣。這樣，外部的敵人就很容易進入。巧合的是，這是一個吉祥的場合，顯現為您的夢境。只有尊貴的僧王（無上護法）達摩摩尼才能解決這個問題。向他祈禱，聆聽他的聲音。」

心王非常高興，邀請了僧王，並派「信仰」將軍將他帶到宮廷。當僧王到來時，心王做了祈禱並向僧王解釋了他所看到的一切。



## 12. 心王的夢得到解決

在聽完心王所說的一切之後，僧王許諾加持並說道：“國王啊，不要擔心發生在你身上的事情。你所看到的夢兆是好的。這是因為善巧而可見；這表明您將繼續享受。但首先，我勸你們持守五種戒：一、不殺生，善待眾生，慈悲為懷，與眾生為友；二、不強奪他人財富；三、不虐待他人婦女；四、不說謊言誤導他人；五、不飲用醉酒藥物導致記憶力衰退。它就像一個由鑽石製成的盾牌五戒，佩戴後吉祥，可以對抗惡敵，戰勝一切敵人。”

就像那個人拿著の秤一樣筆直和準確。我想一一回答以下有關斷長、剪短、續短的問題。

上述的「斷長」是指我們人身上有許多種類的悲哀，這些悲哀是因生、老、痛 pain、死、悲傷、痛苦 agony、遺憾（悔）、怨恨、絕望、與愛分離（愛別離）、得不到想要的東西（求不得）而產生的，這些悲哀是由三種渴求而產生的，例如 1. 欲貪（Kāmatanḥā），這是對享受感官事物的渴望。2. 有貪（Bhavatanḥā），對成為的渴求，以及 3. 無有貪（Vibhavanḥā 無有愛），對「無有」的渴求，因此，無明會產生永恆的悲傷。所以，這些渴求應該斷除、消除。如果不斬斷它，就會造成永恆（長期）的痛苦。這就是為什麼長的一定要剪短的原因。

繼續上述的剪短，它是指我們生來的壽命就很短。如果我們做的事沒有技巧（如果我們做不善的事），那麼有效率的事就不會發生，我們也不可能出名。因為你會失去短暫的生命，也會失去做該做的好事的機會。因此，必須具備善功才能延續善行。以下這些不善的工作應該捨棄 -

Moha—迷戀、幻覺（痴、妄想；引起迷戀和困惑）。  
Dosa - 憤怒（瞋、仇恨）。  
Macchariya - 吝嗇（慳）  
Thīna - 懶惰（昏沉）  
Middha—睡眠、麻木，疲倦  
Ahirika—犯罪並不知羞恥（無慚）  
Anotappa—無懼犯罪（無愧）  
Uddhacca - 浮躁、分心（掉舉、躁動不安）  
Kukkucca – 懺悔（惡作、追悔；憂慮，懊悔）  
Issā—嫉妒  
Lobha—永無止境的貪婪（貪、貪婪）  
Diṭṭhi – 誤解（邪見、錯誤的觀點）  
Māna – 自負（我慢）  
Vicikicchā – 懷疑（疑、懷疑論）

當這些沒有技能的人（不善者）被拋棄時，國王就具備了技能，如果我們能在短暫的一生中布施、遵循謙遜等，那麼他就能保持美德而永遠活下去。故須繼續剪短。

心王對僧王的答覆非常滿意。因心王心中歡喜，指揮官取出了致命的疾病之毒。最終，所有的毒氣都消散了。

## 13. 打開皇家國庫

當心王聽到僧王達摩牟尼的偉大佈道時，他的心是快樂和明亮的。因此，他祈求僧王：「根據您的命令，我將遵循一切，我會開始修持戒律、慈善、禪修；我會遠離不善的人；我會記住佛、法、僧的品質；我將心安於「三相」中，並將從無明和渴望中解脫出來。然後，他指示追隨者等待「貪愛」女王和「無明」女王到來，並保持警覺。如果他們來了，就趕走他們，不要讓另外14個惡魔進來。

心王的臉變得清晰明亮。在捐贈之初，他將權力授予指揮官不貪（Alobha），並命令他：「不貪，你去把控制國庫的「吝嗇」趕走；當他出去時，從那裡拿走財富、黃金、貴重物品，救濟所有窮人。

被任命為皇家專員的「不貪」，直接前往「吝嗇」處。他立即下令免除「吝嗇」國庫總監的職務。吝嗇對於被逐出國庫感到非常憤怒。他堅稱，“我是兩位女王最喜歡的人，她們非常信任我，我將所有資產都保留在國庫中，沒有以任何方式破壞王室財產。”然後，他與不貪發生爭執，他辯論說：“我們有什麼罪，你為什麼來驅逐我們？”

然後不貪回答說：「你很好，但你是基於女王的貪欲來威脅。我告訴你，我們發佈驅逐的原因是心王委託的皇家命令；我們是被派來驅逐你的，如果你不服從的話，你將受到懲罰。

「不貪」抵抗著「吝嗇」，不聽威脅，直接用鑰匙去打開金庫，把所有的鑽石、戒指、金銀都拿了出來，直到拿完才存放在王室的寶庫外面。「吝嗇」非常固執和憤怒。但他害怕危險。「吝嗇」對他所累積的財富感到遺憾和哀傷。我從祖父母時代就一直保存著它；現在這一切都將消失。於是，他轉身去找副司庫「貪婪」（Lobha），尋求下一步的建議。然後，

「貪婪」轉過身來對「不貪」說：「這是多麼愚蠢、多麼殘忍的事啊！這些都是我們所尋找的寶藏，「吝嗇」已經把它收集起來並保護起來了。我們不能容忍這樣的錢被拿出去花掉，我們不放棄。」

「不貪」看到他說好話他們也不會理解他，於是他打了「吝嗇」和「貪婪」（Lobha）一巴掌。現在他宣讀了授權他做出決定的皇家命令。然後他掐住「吝嗇」和「貪婪」的脖子，把他們拉了出來。當受到威脅和驅逐時，兩人都去找「渴望」王后和「無明」王后懇求：“王后，我們倆都被「不貪」驅逐並免職，他還對你們兩位女神說了貶義的話；他從王室的國庫裡拿走了所有的財富和黃金。”

當兩位王后聽了掌櫃和副掌櫃的話，頓時氣得渾身發抖。她們立刻起身去見國王。她們看到心王身邊有紀律嚴明的大臣；她們慢慢地轉向心王，懇求他趕走他們，並像以前一樣將財富帶入王家國庫。

心王沒有回答任何問題，只是要求關上門，也打斷了鑰匙。國王的心沒有被她們的請求所打擾。所有紀律嚴明的大臣都將兩位王后驅逐出王室，以免鼓動心王在他心中製造騷擾不安。

不貪部長得到機會後，將累積的財富和黃金收集起來，交給心王捐贈。心王感到非常高興。他對於能夠給予大供養(Mahādāna)感到難以置信的喜悅。於是，他命令城中的人們前來接受布施，並為比丘僧團安排日常飲食。對於誠實的王室僕人的家屬，則給予皇家獎賞。他開除了貪污的施虐者。

在這場戰鬥中，他任命「命根」為守衛，與「地（大）」、「水」、「火」和「風」一起保衛城市。如果城市的任何部分

受到損壞，「命根」將與「地」、「水」、「火」和「風」合作修復受損區域。「智慧」的任務是消滅並監視內部的敵人。

## 14. 準備船

當心王意識到他對驅逐「正念」和「正智」這兩位占星家感到遺憾時，他驅逐了不誠實的貪污濫權施虐者，並培養和保護品格誠實的人。心王看到兩位占星師回來守衛了；他去迎接他們。心王也很高興、讚賞，並以正念談論著。他們被授予皇家獎品，直到他們滿意為止。他們被要求每天早上和晚上都要到場指導正確的工作，為正當的王國服務。

有一天，心王去朝拜僧王。在有意義的討論中，僧王開始與四位阿闍黎（老師）〈奢摩他（止禪）、內觀、忍耐和鍛鍊（苦修）〉商量，並告訴他們，應該渡過寬闊的河流，為心王造一艘船，以將他從死亡之城的死王軍隊中拯救出來。

聽到僧王建議四位老師，敦促他們過河、造船並裝飾它們，心王非常高興。之後，內觀老師宣說：“將其帶到岸邊的船是「十波羅蜜」，即布施（Dāna）、持戒（Sīla）、出離（Nekkhamma 出離心）、智慧（Paññā）、精進（Viriya）、忍辱（Khanti）、真實（Sacca 事實）、決意（Adhitthāna 決心）、慈心（Metta）和捨（Upekkhā）。在那裡，「精進」將有力地激發軍隊的環境。「布施」和道德（持「戒」）的軍隊仍然是補給，「正念」仍然是船長，「慈心」仍然是舵的形式，「悲心」仍然是錨的形式、「喜與捨」仍然是旋轉的帆，三相（無常、苦、無我三法印）仍然是桅杆，「智慧」仍然是探路者，「身念住」隨觀身體（身體上的沉思）仍然是繫在船上的繩索（鈎線）。二十五名紀律人員留下來擔任保鏢兵以保護國王，正念力量（總司令）禁止不熟練的一方（不善）上船。熟練的行動之道（「善業道、正業道」Kusalakammāpatha）被視為國王所穿的服裝。五種信心或技能：自信、道德、博學或受過良好教育、精進和智慧被視為五個皇家象徵或徽章；以「智慧武器」為武器，等待消滅「渴望」女王和「無明」女王的家人和親戚。他們是：

Abhijjhāvisamalobha - 強烈的貪婪慾望  
Kodha - 憤怒  
Dosa - 仇恨、忿怒、瞋、恐怖  
Upanāha - 復仇，敵意、惡意  
Māyā - 幻覺、欺騙、偽善  
Sāttheyya - 固執  
Sārambha - 傲慢、激情、興奮、爭吵、激烈、忿怒  
Issā - 嫉妒  
Palāsa (Palāsa) - 折磨（為難、虐待）他人、嫉妒、  
不友善、惡意、怨恨  
Makkha - 誹謗他人、虛偽、欺騙、惡的覆藏、偽善  
Māna - 自負、（我）慢、貢高、驕傲、傲慢  
Macchariya - 吝嗇、慳、自私、小氣  
Atimāna - 太驕傲了、過慢、自大  
Thambha - 固執、頑固  
Pamāda - 放逸、無意識、妄想、注意力不集中、疏忽、  
懶惰、怠慢  
Mada - 因濫用藥物而藥物成癮，驕傲、自豪，爛醉、自  
負、過度縱慾

如果他們靠近，哦，國王，您必須摧毀他們。如果您不這樣做，它們就會造成問題，無法渡河到岸。”心王感到非常高興，他請求四位阿闍黎裝飾這艘船，並祈求他們加入這艘船。國王指示「信」（Saddhā 信心）為造船制定預算。



## 15. 障礙

「無明」女王和「渴望」女王對他們的國王一心王要前往不死之城（不朽的大都會）深感悲痛。因此，王后們呼籲天上的仙女們帶著「不善」的軍隊和大臣們，作為禮物快快跟來。

當他們抵達海岸邊時，他們看見他們的國王坐在一艘大船上，船上有僧王達摩牟尼、四位阿闍黎級的僧侶及熟練（「善」）的士兵組成。因此，「無明」女王和「渴望」女王哭泣哀嘆著。她們大聲呼喊，請國王回來，並說：“國王啊，請到我們兩姊妹這裡來，不要遠離我們吧！如果我們做了對不起您的事，我們會改變自我，以取悅您的心。我們兩個已經服侍您很久了。難道國王不記得了嗎？回到我們兩姐妹身邊吧。”

心王聽到兩人都懇求他回來，（對）她們的聲音產生了極大的厭惡，並以揶揄的口吻回答道：“這裏的兩個已是身為人母的女人，妳們不要浪費我的時間來耽誤我，現在我不會再回到妳們的誘惑（陷阱）中了。妳總是讓我在痛苦中煎熬。我不會再回到妳們身邊了。妳們兩個都還是美麗而年輕的女人，妳們會找到一個伴侶，並且妳們將按照自己的意願與他共治天下。”

當「無明」女王和「渴望」女王聽到國王的諷刺和嘲笑時，她們非常傷心，哭了很久。他們認為僧王說服了他們的丈夫逃離了他們。因此，他們向僧王提出抗議，說：“你雖是僧伽的首長，卻來煩擾城中的居民，這樣夫妻要分開居住，是不適當的；來世你千萬不要得到女人。為我們好，你要送回我們的主人。否則，我們將報復並永遠保持敵對狀態。”



僧王回答說：“哦，淫婦「渴望」，愚昧無知「無明」，妳非常無恥。當妳的丈夫擺脫了執著時，妳假裝崇拜他；希望他能回到家庭。妳們兩個都必須回去，不要浪費我的時間，也不要對妳的主人可能回來抱有任何希望。

妳詛咒我們永遠不會擁有女人。事實上，這對我們來說是一種祝福，而不是一種詛咒；我們能活到現在，我們不想再有任何女性伴侶。我們盡量遠離女性。即使我們遇見了她們，我們也永遠不會因渴望的力量而感到快樂。妳們兩位女士（「渴望」和「無明」）不應該來威脅我們。罪惡的果子會回到妳身上，傷害妳的心。

聽到僧王的話，兩位王后勃然大怒，大喊大叫；命令貪、瞋、慾望、迷戀、「不善」的將領立即進攻。他們有的發射子彈，有的插長矛，有的轟炸，以摧毀包括僧王、心王在內等「善」的將領。他們試圖把船打沉到河中央。

但是，所有的射擊、插矛和轟炸都通過超自然的神跡，回到了兩個女王和「不善」的將軍身上。結果，「不善」將軍立即死亡。「渴望」女王和「無明」女王則什麼也沒發生。

心王也看到王后們掙扎著要把他帶回岸邊。好言相勸的他認為自己無法擺脫她們。他集足了精神力量，以使用智慧之劍消除舊有的潛在煩惱。他目光盯著她們可憐的樣子，控制住自己的心，閉上眼睛，用智慧之劍攻擊兩位女王的胸口。「渴望」女王和「無明」女王一起掉進了河裡，死了。心王的船在擊敗了所有「不善」的隊伍後，繼續向**不死之城**前進。

## 16. 不死大城（不朽的大都會）

現在要提到「病」將軍和「老」將軍。見心王乘坐法船離開身體之城並到達岸邊，「病」將軍和「老」將軍去見死王並懇求說：“國王，我們一起攻擊身體之城；但心王乘坐法船跑到不死之城，請您快來跟隨他們。”

閻羅王（死王）聞言大怒，他下達了最後一項命令：動員城中強大的戰士，立刻追趕心王，並殺死他們。當「死王」的戰士無法及時抵達大河岸時，死王勃然大怒，命令「死王」的指揮官殺死所有人。

死神的總指揮官穆瑞秋(死亡)接到死王的命令後，便帶著他英勇的士兵前往追逐心王。當死亡軍隊的士兵接近並攻擊心王時，他們想把心王的船淹沒在水中。但是他們沒能淹沒它；他們甚至無法抓住船的桅桿。船也無法被打翻。所有心王的高效率（「善」）軍隊看到死亡之王的軍隊無能為力，都開始大笑。

當心王看到死王的軍隊，無法對他們造成任何威脅；心中既欣喜又愉悅。因此，心王從遠處發出聲音，迴響在天際和死王的耳中：「喂，死王！別過來了，你和你的軍隊對我們無可奈何。我們已經將身體之城交給你，隨你怎麼處置。整座城市的財產，我們也全都交給你，請你快點回去，我們再也不會見到你了，請你回去吧。」

死王看到，儘管他用盡了所有的力量，但他也無法再傷害心王了。於是，他召喚了死亡統帥，並命令死亡之兵不斷攻擊其他城池。

當心王看見所有的敵人都回去了，他繼續乘船前行。河道很安靜，在那裡；沒有波浪、沒有風，儘管天色很暗，但佛法的光芒卻照得很亮。

在此不死大城中：戒律是城牆、智慧是戰塔、克制感官是守門人、八聖道（八正道）是道路、三十七菩提分是國庫、定（禪修）為宮殿頂；經、律、論（最上法）是寶座的形狀；現有事物的三相（無常、苦、無我）是臥室的形狀；解脫知見（對真理的見解）以光的形式存在。慈（悲）以瀑布的形式出現，（隨）喜以「願力充滿的樹（願望滿樹）」的形式出現，平等心以沙丘的形式出現。此城是高貴者的居所，是幸福之城，在此，無生、無老、無苦、無死。這是這座城市的座右銘（口號）--

Nibbānam Param Sukham – 涅槃是終極的幸福。

Natthi Santi Param Sukham – 沒有其他的幸福比得上和平。  
(除了和平之外，沒有別的幸福)。

最後，「不死大城」的統治者--「心王」向各位傳達訊息：“在此；我們正等著迎接您，您準備好來「不死大城」嗎？”

《身體之城》結束。

