

戒的學習與檢核

釋悟因

談「戒律」時一定要探其根源，確切掌握戒律的根本精神。

在緣起法中，戒律的根本精神是「相互尊重」，要尊重自己及他人的生存。自己好活；也尊重別人好活。——這是修行布施無畏的最好法門。

佛陀告訴我們：「世間是苦，真實不虛。」說世間有三苦、八苦、無量諸苦。說了苦諦，一位偉大的老師不可能不告訴我們有關苦迫的解套方法。佛陀所說的方法，法門非常多，有八萬四千法門——誦經、念佛、持咒、布施、持戒、禪修等都是。八萬四千法門的數目何其多，為什麼這麼多？在在說明：眾生的根機有多少，習性有多少，煩惱有多少，解決的方法就會有多少。法門雖多，但佛法的修學，歸納起來，總不出戒、定、慧三學。

佛陀在世時，有很多在家居士修行修得很好，像頻婆娑羅王、須達多長者、耆婆醫師……，他們持戒認真，對佛法信奉奉行，是佛弟子的楷範。出家比丘眾像舍利弗、目犍連、周利槃陀伽等，也都奉行戒、定、慧三學的修學。比丘尼眾如差摩、蘇味達、吉那達多等，也都是我們的楷範。他們都是從戒、定、慧三學下手修學。

戒與三學的關係

有人曾經問我：「師父，您是修大乘還是修小乘？漢傳、南傳、還是藏傳？是修禪宗、淨土宗、密宗、律宗？」我說：「若要盡數漢系中國的宗派，還有天台宗、華嚴宗、三論宗、俱舍宗、成實宗、唯識宗等大乘八宗、小乘二宗共十個宗派。這十大宗派各有所依的經典與論典。我修學佛法比較重要，而不在哪一傳承、哪一宗派；是大乘

還是小乘。這十大宗派都必須持戒、修定、修慧。」戒、定、慧是通往解脫道的三無漏學。是大、小乘的共學，任何一個傳承、宗派的共同內涵。三學可以說成三個階梯，最初階就是戒學，是所有基礎的基礎。然而三學常常是緊密相連，難以切割。持戒莊嚴，可以得到智慧，得到解脫。這叫「由戒生定，因定發慧，由慧得解脫。」反之，不修戒不可能得到禪定。不修禪定，苦智、集智、滅智、道智乃至世俗智、法智、無漏智、一切種智等無由得生。再進一步談，「智慧」是解脫的根本，但是智慧很抽象，從哪裡可以看得到？從身、口、意的持戒與禪定去表達。

總說戒學

戒的根本精神——布施無畏

談到戒學，一般人的印象每每是：不可以這樣，不可以那樣，或者是犯戒後有懲治或制裁，但這只是戒律消極的部分——防非止惡，即「諸惡莫作」的意思。其實，戒律還有積極的一面，就是要利樂、利益眾生。要做什麼？怎麼做才是如法如律？因此，談「戒律」時一定要探其根源，確切掌握戒律的根本精神。在緣起法中，戒律的根本精神是「相互尊重」，在人與法、人與團體、人與大自然間，要尊重自己及他人的生存。自己好活；也尊重別人好活，運用大自然的資源；也要尊重大自然的資源。——這是修行布施無畏的最好法門。

出家在家的要求不同

佛陀的弟子有在家眾、出家眾。出家有男眾、女眾，在家也有男眾、女眾。佛陀的教法，出家與在家持守的戒律不同，出家眾的戒律要求有其特殊的部分，最明顯的是淫戒。出家眾持「不淫戒」；在家

眾持「不邪淫戒」，世俗的男女仍是有家庭合理的性生活。在家眾戒律的基礎：不殺、不盜、不邪淫、不妄語及不飲酒。尤其前四條，是性戒，也是布施無畏的最好法門。這些戒律，不管佛陀出世或不出世，都應持守。

持戒的歸趣

若持戒莊嚴，身心可以安定。漸漸的，覺知能力加強，就可以修止、修觀，三學不斷增上，進一步得到出世的解脫，這是持戒的宗旨歸趣。因此，不要持奇奇怪怪的戒，要問這對自己身心的安詳寧靜有幫助嗎？「戒禁取見」，就是執持那些有損而無益的邪戒。持戒時，要能夠辨析：什麼是善？什麼是不善？善的因緣，才能幫助身心安寧；不善的惡法，反而會回過頭來反噬身心。這是世間必然的情況。

佛陀告訴我們：持戒就是在修行「布施無畏」，因此，持戒的人生前會得到好的信用，好的名聲，讓別人信任你，對你感到無所畏懼。往生後，可以升天增上，至少可免除墮三惡道的苦。最重要的，持戒可以不疑悔，對自己的行為，於身、口、意上的表現，可以沒有遺憾。生前持戒，在臨終的時候，沒有後悔，身心安然無懼無畏。此即保有人身。

種種譬喻說持戒

喝酒的禪修者：喻禪修要以戒為基

在塵寰世間修行、學佛，常常要面臨考驗。很多年前，有個人住在台北南港，非常用功，喜歡禪坐，聽說修禪修得非常好，有境界出現，大家都很護持他。南港的冬天很冷，有人就勸他：「喝點小酒比較暖和，通通血脈。」我第一次陪師父上人去看他時，發現他身心安

詳；第二次看他時，圍牆邊開始有幾支酒瓶；過兩年再去看他，茅蓬周圍堆滿了酒瓶，聽說已經酒精中毒。如此，還可以禪修嗎？爆掉了。多可惜啊！這是現代版的。

持戒是修定、修慧的基礎。尤其有禪定工夫之後，更要戒當柵欄守持著，定、慧才不會漏失。修行是要減少煩惱，增進戒、定、慧，如果因不持戒，走上歧路，真可惜。

降龍的沙伽陀：可以降龍卻無法照顧自己

佛在世的時候，有一位具神通的比丘叫「沙伽陀」。有天，某地方出現毒龍吞噬人們。沙伽陀比丘運用神通降服了毒龍，為民除害。國王及全國百姓都非常感激他，問他喜歡什麼？他說在家的時候喜歡喝酒。大家就拼命送他酒，他也就喝了。有一天，佛陀與阿難外出經行時，看到路邊躺著一個人，那個人吐得一蹋糊塗，衣服都弄髒了。群鳥飛到他四周吃吐出來的穢物，還在他身上跳來跳去，大小便，很是喧鬧。那人身上穿的好像是比丘的袈裟。

阿難問：「那人是誰？」

佛陀說：「沙伽陀比丘。」

阿難：「哦！他不是有神通嗎？而且他曾降伏毒龍，為民除害。」

佛陀：「他現在連自己都照顧不了，還降龍！」

在律藏裡面的沙伽陀，禪定工夫一流，而且有神通力，卻功虧一簣，令人覺得惋惜。犯戒就在一念之間，有時候一個缺口沒處理好，堤防就崩潰掉了。持守戒律是要付諸身、口、意的行動，並非只是知道理論，而是要成為實際的踐行行為。

持戒是尊重生命的展現

持戒是自己守法，遵守道德行為。不但保護自己，也保護別人，

讓別人有生存的權利。

1997年，禽流感在香港發生首起死亡案例之後，數年來陸續在十幾個國家爆發疫情，比SARS的傳染力還強。類似這種傳染病，當個人發現被感染時，基於對生命的尊重，應主動向醫檢單位報備並積極接受治療，避免將感染源擴散。又像喝酒不開車，不吸毒，乃至防範愛滋，讓自己好活，也讓別人好活。這也是說明了持戒是布施無畏的法門。

所以，持戒是積極的，是一種正法的生活，是尊重生命的展現。大家都能夠相互護持，共同蘊育生生不息的生命力。

過海關託帶東西：喻持戒要有智慧

持戒，除了遵守戒規，也必需具有智慧才能持戒清淨。舉例來說，早期國人出國喜歡買熱水瓶、電鍋、漂亮的衣服等。有一次，我在日本的機場準備返台時，有一位居士靠過來說：「師父！我歸依您耶！」我說：「哦。」居士又說：「我看你行李很少，我的東西麻煩您幫我帶，放在一起，然後我們一起回台灣。到高雄的時候，我可以送你到香光寺。」雖然覺得這位居士很親切，可是我想想，他那些東西到底是什麼？早期是熱水瓶、電鍋，現在甚至有走私槍械、毒品，或其他危害國家社會安全的東西。所以，幫別人之前要先想一想，寧可嚴肅一點，不做一時的爛好人，否則惹禍上身，幫助他人犯戒，自己也犯戒。這不是布施，是助長不善法。

持戒要堅忍，不要接觸不好的因緣

持戒的生活與「觸」有密切的關係。接觸不好的因緣就容易受迷惑。有的人自認武功高強，左一個圓融，右一個不執著。到酒店、色情店去度人，於是喝酒、嫖妓、賭博，最後肯定是被度走。有的人

說：「緣起嘛，緣起無自性空。像酒肉穿腸過，佛在心頭坐，都是空的。」但佛陀告訴我們：佛法說的「空」，不是斷滅空。《心經》的「空即是色，色即是空。」我們的理解還不夠，但要深信因果業力不失，世間是有業、有報，有善、有惡，有聖人、凡夫。沒有禪定與智慧的抉擇真本事，隨著自己的業力習氣轉，三世因果業報你要怎麼圓融？沒有證量，「明知山有虎，卻向虎山行。」那是自往地獄火坑跳。所謂「染緣易就，道業難成。」在染的因緣法裡面，可能被薰染得變樣，自己還不自覺。

因此，持戒要有定力，要有一些堅持及堅忍。在家居士持戒遇到環境的考驗比較多。在你的環境當中，盡可能不去接觸不好的因緣，不去喝酒嫖賭的場所。不只出家眾不可以去五家托鉢，在家眾也應少去那些地方。勉勵自己福慧要增上，就要往減少煩惱、困惑的方向精進。世間永遠有利息：善的行為，有善的果；不善的行為，有不善的果。每件事情都有它的影響力，不斷地反薰著你的身心。

讓自己沒有負擔——無畏，過著不悔的生活——無畏，這是為什麼持戒最重要的原因。

比丘入軍陣戒：喻持戒是合理的生活態度

在出家的戒律裡，我很喜歡講一條戒律：戒比丘入軍陣中。軍隊裡本來就是訓練戰爭殺伐，是非也多。有位比丘去到軍營裡，國王知道了，就叫他來問：「你來多久了？」

比丘說：「有幾天了。」

國王：「你來做什麼？」

比丘：「沒做什麼，只是路過。」

國王：「你接下來要去哪裡？」

比丘：「我想去向佛陀禮座。」

這位國王就是波斯匿王，他準備了一份禮物交給這位比丘，說：「你去看佛陀時，請替我將這份禮物呈獻供養佛陀。」

比丘就離開軍營去看佛陀，並把禮物呈給了佛陀。

佛陀問：「禮物從那裡來的呢？」

「波斯匿王要我帶過來的。」

佛陀明白了波斯匿王的用意，就呵斥比丘：「出家比丘跑到軍營去做什麼？如果軍隊請你去說法或輔導，可以去，但最多只有幾天。如果沒有事，一個訓練軍隊的場所，豈容你在那裡！」

我們可以看出：波斯匿王對佛陀的信任，以及對僧團的護持。他知道佛陀會告誡比丘，不准比丘沒事到軍隊閒逛，容易被當作可疑人物看待。這條戒律雖然是出家戒，一般人也是要遵守的。因此，持戒更要知「因緣節度」，要知道因緣時節，知所進退，這也是修無畏的方法之一。持戒律是合理正確的生活態度。在家庭及社會中，個人謹守分寸並相互護持，同時要教導家裡的人，這些是一定要傳揚的。

被罰款的工作者：喻持戒是工作態度的正確性

我再舉一個例。有一位居士跟我說，他從事營建工程業，曾因為延誤工期而被罰。七罰八罰，連營建的材料費、工資及設計費都虧損掉了。怎麼會這樣呢？

剛好旁邊有位居士聽了，便說：「你為什麼會一直遲延呢？你要改變你工作態度的正確性。」又問：「怎麼罰的？罰也會影響彼此的利益。」

虧損的居士說：「延一天罰千分之幾，延二天罰千分之幾，一天一天的扣。扣到最後，連本帶利都被扣光了，自然一毛錢都沒有賺

到。」

另一居士說：「你接下工作後，就要按時施工。工程進行首重管理人、事、時，尤其對時間要有概念，要遵照約定在限期內完工。另外，如有不可抗拒的原因出現，這是合理的，你可以提出交涉；縱使要罰的話，也還有折扣可以打。」

施工守時、依約行事、付款酬報，隱含相互尊重的規範，而訂出遊戲規則。世間法如此，何況修學佛法、出世間法！一位偉大的老師不可能不教導他的追隨者，將所教導的法則內化為自己行為的準則，並堅持這些準則。——即使有不可抗拒的原因出現，使終極目標難以達成。——但在目前，仍舊知所進退，堅持奉行大方向，力求正確。這不是對別人說，而是自己對自己的堅持。

吃鰲的現報：喻持戒是惜福的生活態度

持戒是一種惜福的生活態度，吃要吃得健康，而且不殺生。

我曾經聽過一個喜歡吃鰲的人。他將鰲放在有水的鍋子裡面，用一個有幾個洞的蓋子蓋上去，然後鍋子慢慢加溫。水一熱，鰲就會從洞探出頭來，他就把香麻油和著醬醋等佐料往鰲的嘴巴裡倒。一倒之後，鰲就沈下去。等一下又加溫，它又冒出來，他再加佐料。連續地做幾次，最後把鰲煮熟了，於是上桌成佳餚，以為這樣很好吃，是享受。有一天家裡失火，他張惶地趕快逃命，卻被陽台上的鐵窗擋住去路。他急著要衝下去，結果頭是出去了，身體卻卡在鐵窗中。消防人員拼命從下往上噴水救火，水柱卻直灌入他嘴巴。火已經燒到他身上了，他又拼命喝一肚子水，最後還是活活燒死。

有人說：「持戒很苦，很束縛。」但所謂美食享樂，要像這樣殺生嗎？持戒是一種惜福的生活，消極的持戒是「諸惡莫作」。積極的

持戒是「眾善奉行」、「慈悲喜捨」、「自淨其意」的表現。在日常生活飲食，素食就是以不殺生為要，是惜福。在我們還沒有解脫以前，這樣的惜福，至少在世間是安心的、安詳的、寧靜的，是布施無畏。

持戒就是修行

持戒是佛教的修行方法，是走向解脫道的第一個步驟。若只到廟裡燒燒紙錢，銀紙燒完，銀貨兩訖就沒事了，這樣的宗教行為是墮落的。《金剛經》說持戒的功德大於布施。為什麼？因為持戒是布施無畏，就從身、口、意的行為去踐行。要淨化自己身心，是要有所付出。它不只有理知，持戒就是修行布施無畏的行為實踐。

從自己的身心去分判：什麼是善？什麼是不善？什麼會讓你心安？什麼會讓你心不安？這才叫信仰、正信。以在家居士來說，三歸五戒是基礎，若有因緣再受八關齋戒。八關齋戒是短期的，三歸五戒是終生奉行。修學佛法就從持戒——布施無畏開始，這就是行「道」。

「道」是什麼？道是方法、道路、法門，是「乘」。「乘」的梵語是YANA，音譯為「衍那」，是度脫、運載的工具，如同船隻、腳踏車、摩托車、汽車、飛機等。有人說：「我要修大乘法，要坐大船而不是小船。」然而想要度脫，並非從別人身上開始，是從自己身心的持戒——布施無畏——開始。從自己的身、口、意去實踐生活規範，這無關大乘或小乘。不管修大乘、小乘，或修任何的法門，持戒是修學佛法的基本——布施無畏是修學佛法的道。

戒律在那裡？就在生活中。從自己的身心先學著辨析善惡、是非，因實踐才有修證。修行法門，總在戒、定、慧三學，而三學就從持戒、學戒——布施無畏——開始學起！