



# 論「八關齋法」之受持

張秉全

八關齋，亦名八齋戒、八支戒，又稱八種長養功德法。何名八關齋？關者，謂關閉八惡，不起諸過，齋者，齊也，以齊中爲義，即禁止八惡，令修中道也。復有釋云：「禁止六情，不染六塵，齊斷諸惡，具修衆善，故名齋也。」合此八戒一齋之法，故稱八關齋法。

八關齋法之戒相簡述如下：

(一) 不殺生。言不殺生者，一切有命之物，下至微小昆蟲之屬，亦不得殺。佛言：一切衆生，皆有佛性，均堪作佛，殺之，無異殺未來佛也；

(二) 不偷盜。言不偷盜者，凡不與而取，皆名偷盜，乃至一針一線，前人不與，皆不得據爲己有；

(三) 不淫欲。言不淫欲者，世間一切男女及自妻妾，一夜之間，不得同房（即性行爲），五戒只戒邪淫，夫妻正淫，非其所戒。受八關齋，一日一夜之間，淫欲全離，此與五戒不同之處；

(四) 不妄語。言不妄語者，凡心口相違，悉名妄語。大則未得謂得，如妄言得上人法、得禪定、得三昧、解脫等，未證謂證，如妄言證聖果，證須陀洹乃至阿羅漢等。小則不見言見，見言不見。此妄語亦攝綺語、兩舌、惡口，何以妄語全攝口過，蓋

此四口過，皆屬心口相違故也；

(五) 不飲酒。不飲酒者，酒是放逸根本，飲之令人迷醉狂亂，能生諸過。凡五穀花果釀成，能醉人者，皆不得飲；

(六) 不著香花鬘，不香塗身。謂不得以諸花貫串爲鬘、名香爲末，熏佩塗飾，莊嚴身首，及著一切貴重衣服，（如鼠裘、狐皮等服）時下項鍊及珠寶飾物，均不得佩戴；

(七) 不歌舞倡伎，不往觀聽。倡伎，樂器之屬，謂自不習歌曲舞蹈，不吹奏管絃等樂器，及樗蒲、棋博等，他人作時，也不得觀聽；

(八) 不坐高廣大床。言床高不過尺六，廣濶不過四尺，長不過八尺，踰此尺度，即名高廣大床，以及一切嚴飾貴重之床，（如象牙床、嵌寶床等）均不得於中坐臥也；

(九) 不非時食。言不非時食者，謂不過日中嚼啖五穀瓜果等物也，若日過西一線（古時用竿測日影，日影正中聽食，若日影偏西甚至一線，即不得食）乃至明日天未曉而食，皆名非時食也。經云：諸天早食，佛日中食，畜生日西食，鬼神夜食。今受八戒，斷六道因，學佛中食，以表中道，離斷常二邊之過也。其餘五辛之物（即葱韭蒜之屬）熟食增淫，生啖增恚，且食口常臭，均不得食也。

或曰：此戒乃有九法，何以稱八？大方便經云：「優婆離白佛言：夫八齋法，並過中不食，乃有九法，何以八事得名？佛言：齋法過中不食爲體，八事助成齋體，共相支持，名八支齋法，是故言八齋，不云九也。」

此八關齋法，前四戒犯者屬性罪，（非持戒者，犯亦有罪）酒是衆惡之門，其餘屬放逸因緣。婆沙論問曰：「八支律儀，幾是尸羅支？幾是不放逸支？幾是遠離支？答曰：不殺生乃至不飲酒前五是尸羅支，後一不非時食是不放逸支，餘三是遠離支。」說法不同處，是將不放逸支分爲不放逸支和遠離支，義無歧異。又此八支戒，名近住律儀，謂近出家菩薩而住受此律儀，以隨學彼故，長養在家善根，令近出家善根，所謂持八齋戒，乃在家人持出家戒，即此意耳。

此八關齋法與五戒持法不同，蓋五戒終身持，八戒一日一夜持。大智度論云：「五戒、一日戒何者爲勝？答曰：有因緣故，二戒俱等，但五戒終身持，八戒一日持，又五戒常持時多而戒少，一日戒時少而戒多，若無大心，雖復終身持，不如有大心，持一日戒。譬如輟夫爲將，雖復將兵終身，卒無功名，若英雄奮發，禍亂立定，一日之勳，名蓋天下，八戒比於餘戒，亦復如是。」可見發大心持八關齋有殊勝功德也。

此八關齋法，在家優婆塞、優婆夷，無論已受五戒或未受五戒，均可受持，已受五戒者更應受持。優婆塞戒經云：「若優婆塞受戒已，一月之中，不能六日（即六齋日）受持八戒，供養三寶，是優婆塞得失意罪。」又懺法云：「月無六齋，懶惰之業。」灌頂經云：「雖持五戒具足，不能六日持八戒齋，猶華樹無果，婦人不產，種穀不滋，治生無利，折耗失本，不持齋戒，無利如是。」佛深愍在家兩家，日在世情網中，多惡因緣繞纏，難

於入道，方便制此八戒，令於短時受持，種出世善根，漸漸遠離煩惱，速得一切種智。

如何受持「八關齋法」？

（一）受持八關齋，時限爲一日一夜，不得增減，謂清旦時，從師受得，至明日清旦，明相出時（以伸手能見五指爲度）律儀便捨。問曰：「受八戒法，得二日三日乃至十日，一時受否？」答曰：「佛制一日一夜，不得過限，若有力能受，一日過已，次第更受，如是隨力，多少不計日數。」

（二）此八關齋法應從師受，不得佛像前自誓受。婆沙論問曰：「近住八戒，云何而得？」答曰：「從他教得，謂隨師教，自發誠言，恭敬受得。」若近處無戒師，或戒師不識戒相，方許自受，故薩婆多論云：「必無戒師爲受者，但心念口言，自歸三寶，我持八戒亦得。」若近處有戒師，心生墮慢，不往從受而自受者，亦不得戒。優婆塞戒經云：「不得在佛像前自受，要從人受。」即是此意。

（三）受八關齋時，受者要隨師語，如師語而說，即隨師復說，不得隨師同聲而說，且說時應加稱己名，不得不稱己名，亦不得復說時語句有所缺減，否則爲不如法受，即使受之，不發善法也。又此八戒，爲一切戒法之基，如毀破八戒中重戒，後受其他戒法，均不得戒體，是故行者受已，應生至重心、恭敬心，慎莫毀破。報恩經云：「若破八戒中重戒，後更受八戒，或受五戒，或受十戒，或大戒及禪戒、無漏戒，一切不得。」

或問曰：「此八戒還有開緣否？」答曰：「有。」若受戒已，或遇破戒難緣相逼迫，寧可捨戒已，然後開，不得犯戒罪，後還得受戒，欲捨時，無論向出家人或在家人，但向一人言，我今日捨不戒不持，一說即成捨也。

受八關齋法儀規，應有下列內容：

(一) 敬禮三寶。受者三業清淨，身禮口言：

一心頂禮十方三世一切諸佛；

一心頂禮十方三世一切尊法；

一心頂禮十方三世一切賢聖僧。

(二) 誦懺悔文

我某甲（改稱己名，下同）從無始生死已來，至於今日，身業不善，殺盜淫，口業不善，妄言、綺語、惡口、兩舌，意業不善，貪欲、瞋恚、愚癡邪見，不信因果，造此十不善罪，今向十方三寶，諸佛菩薩，三乘聖眾，現前師僧，求哀懺悔。

(三) 正受三歸（師先說，受者復說，三遍）我某甲歸依佛、歸依法、歸依僧，一日一夜為淨行優婆塞（女人當云優婆夷，下同），如來至正等正覺是我世尊。

(四) 受三結（師先說，受者復說，三遍）

我某甲歸依佛竟，歸依法竟，歸依僧竟，一日一夜為淨行優婆塞，如來至正等正覺是我世尊。

(五) 受戒相（師先說，受者復說，一遍）

如諸佛盡壽不殺生，我某甲一日一夜不殺生；

如諸佛盡壽不偷盜，我某甲一日一夜不偷盜；

如諸佛盡壽不淫欲，我某甲一日一夜不淫欲；

如諸佛盡壽不妄語，我某甲一日一夜不妄語；

如諸佛盡壽不飲酒，我某甲一日一夜不飲酒；

如諸佛盡壽不著香華鬘，不香塗身，我某甲一日一夜不著香華鬘，不香塗身；

如諸佛盡壽不歌舞倡伎，不往觀聽，我某甲一日一夜不歌舞倡伎，不往觀聽；

如諸佛盡壽不坐高廣大床，我某甲一日一夜不坐高廣大床；

如諸佛盡壽不非時食，我某甲一日一夜不非時食。

(六) 回向發願（受者口發誠言云）

我某甲受行八戒，隨學諸佛，名為布薩（此云淨住，所謂淨身口意，如戒而住也）。願持是福，不墮三惡、八難，亦不求輪王、梵王，世間之樂，願斷煩惱，速得一切智，成就佛道。

或問曰：何以八關齋法，六齋日受持為多？答：據四天王經云：月六齋日，天使者、太子及四天王自下界察看人間善惡，據實詣切利天上奏帝釋，如布施、持戒孝順父母者少，帝釋不悅，以天種減少，修羅種增多；如布施、持戒，孝順父母者多，帝釋心便歡喜，以天種增多，修羅種減少。諸天善神，常護是人，大智度論云：「六齋日諸天來觀人心，十五日、三十日上白諸天，復次是六齋日是惡日，令人喪凶，若有是日，受八戒持齋布施聽法，是時諸天歡喜，小鬼不得其便。」墮舍迦經云：「月八日十四日十五日二十三日二十九日三十日，奉持八齋，一日一夜，福不可計。」故八關齋法，恒於六齋日行之。

受持八關齋法之功德殊勝，佛經多有敘述，如雜譬喻經云：「一日持齋，有六十萬歲糧，非時不食，復有五福：一、少病，二、身安，三、少淫，四、少睡，五、生天識宿命。」增一阿含經云：「若男子女人，欲得八關齋，離諸苦者，得盡諸漏，入涅槃城，當求方便，成此八齋，人中尊位，不足為貴，天上快樂，不可稱計，欲求無上之福者，當持此齋，欲求一方、二方、三方、四方天子，轉輪聖王位者，亦獲其願，欲求聲聞、緣覺、佛乘者，悉成其願。」普勸在家優婆塞、優婆夷，發心受持八關齋法。