

腳，然後擦拭乾淨，才開始用餐。

現在社會跟當時印度的因緣已經不同，自來水設備很普遍，飲食用餐之前洗手都很方便，還要再帶個淨瓶、穢瓶嗎？今日既然已經不是律典中所描述的環境，我們知道律典裡有這些作法，就應該掌握原則，知道什麼是「捨」——捨財、捨心、捨罪，這部分大家還要多多思量，也不可隨意而改。

持戒不僅滅惡，更能行菩薩道

公開之後，大家依照約定好的共識來施行。從戒律來看三十捨墮，幾乎都是消極地規定僧眾不要貪著，要減少貪欲。貪欲的「欲」字，也是一個切入點。所謂「欲壑難填」，可是人間何止一個男女的色欲而已，財、色、名、食、睡或食、衣、住、行、育、樂，都是「欲」，都是物質生活世界的種種「欲」。所以，佛教「欲」的含義是很寬廣的。

什麼是「食欲」的「食」？佛教中的「食」，有滋養、培育、長養與住持的多層含義，分為四類——段食、觸食、意食與識食。「段食」是飲食部分，「觸食」則是身體的「感受」、「感覺」，「意思食」是思想、知識的滿足，「識食」基於前三者的力量，支持生命的存續。「食」是培育、滋長，是一種「資糧」的概念。什麼是「欲」？我們學習佛法、推廣佛法，還要廣泛接納並且與社會、周遭環境相互互動，這些也都是「欲」。

我們也要注重「食」，如何注重？要讓大家吃得安心，不可暴飲暴食，影響健康；衣著要溫暖合適。平時也要運動、沐浴——如果身體很疲累，沖沖熱水澡，身體會感到舒暢，精神也會跟著提振愉悅。這是改善大眾共同的生活環境，提供舒適合宜的修行環境。「舒適」不一定是指很豪華，簡單也可以讓人覺得很舒適。此外，如果蚊蟲、蛇類太多，人也會住得不安心。捨墮就是處理「欲」的問題，要從修道、成就彼此道業與身安始能道隆的角度來整體考量。

因此，持戒修道的真正核心就在「教育」，不是這個不能做、那個不能做，就什麼都不做。如果來出家，就成天住在佛寺，不愁吃穿，就想著最好佛寺不開門，不弘法，也不要有人來干擾，這又是什麼樣的出家人呢？學佛修



行，是終身的學習，所以，做為一個僧人，要能讓佛法成為啟發自己思想的途徑，或生活行為的指導，在弘法上如果能融合音樂、運動或繪畫，有動有靜，在隨著年齡、經驗、體會的增長中，便可給予自己與他人相應的成長與安頓。

無論是內在所信仰的宗教，或外在的生活方式、同修道友的相處與面對世間的大眾，我們要推廣一個「我好活，別人也好活」的理念，讓世間生生不息，這才是佛教真正所關懷的。每個人都可以逐步改善自己的個性與習氣，有人可能目前因為身體或其他條件尚未符合，不代表他不能進一步地提升與改善，現在是沙彌（尼），受完戒不就是比丘（尼）了嗎？成了比丘尼，還是要加緊學習，學了以後，就可以參與僧團的活動。有些是次第性的問題，要多聞學習並且長時間地滋養，在其中充實知識與能力，才有能力饋給世間。

所以，佛法認為人與他人、外在環境，包括自己身心內外，都是相互依存、相互增長的，不會只是用幾條戒條消極地規定不可做這個、不可做那個，如此而已。而是在過程裡，相互扶持，相諫相教，才能達到自他圓滿的境界。就我而言，如果我在無記心時觸惱大眾，也請大眾師幫我解決問題，我仍在僧團裡，是佛教的清淨比丘尼。但是，戒律別別解脫的特質，也象徵了另外一個特性——這一條問題解決了，不代表其他的行為就不會違犯。如果違犯了呢？我們就要懷著慚愧心，看要如何懺悔、服務大眾，該怎麼做就怎麼做。

捨墮不是只有在談「怎麼這麼貪」、「衣服已經那麼多了，還想要更多」這類的問題，這些生活資具夠用就好，不一定要一直擁有，應該趕快與大家共享，共同維護利和同均的僧團，不是更好嗎？所以，我們更加要清楚的是，戒律裡真正的關心點在哪裡，持戒不僅消極滅惡，還有更積極的自護護他的一面，這才是真正的菩薩道。個人不能獨存在世間，不僅僧人不能獨存，所有的人無論有學佛或未學佛，都是相互互動的，在這些互動中彼此成就道業，這是捨墮裡的大乘菩薩精神。

【注釋】

- (1) 「說四依中，樹下依者，非蘭若中，尼輕易陵不行此教，何妨餘樹得受頭陀也。如五分說，四依無樹下坐，改云依羸弊臥具也。四分文同義非蘭若，以多難故。四依中初科，尼不許獨居蘭若，故樹下依，必在聚落，如下引異彼律第三僧尼不同，羸弊去著靡也。」（《四分律刪補隨機羯磨疏濟緣記》卷三，《卍新纂續藏經》卷四一，頁 285c）
- (2) 「以此諸文，故知諸部，捨即全捨，非是自欺。四分亦爾，由全捨故，但知悔罪，僧自量宜，審知行道，外求妨業，故特作法，和還服用，事同新得，情無枉負。故律文中，若捨不還，或作餘用，但犯吉羅，而無大重。」（《四分律含注戒本疏》，《卍新纂續藏經》卷四〇，頁 14a）
- (3) 《四分律》卷十，《大正藏》卷廿二，頁 627c。

