

# k 敬 献 K

编辑者以至诚的心将此法施  
功德呈献给他的：

禅师——缅甸·帕奥大禅师

戒师——斯里兰卡·圣法大长老

教授师——泰国·阿姜甘哈大长老

谨此功德愿师长们：

法务昌隆、体证道果



## 致谢

编辑者十二万分地感谢  
许泰益居士发心指导编辑者  
操作 *Power Point* 使得此持戒  
演讲稿顺利完成造福追寻正  
法者。谨此法施功德，谨祝  
许泰益居士：

福慧增上、体证道果

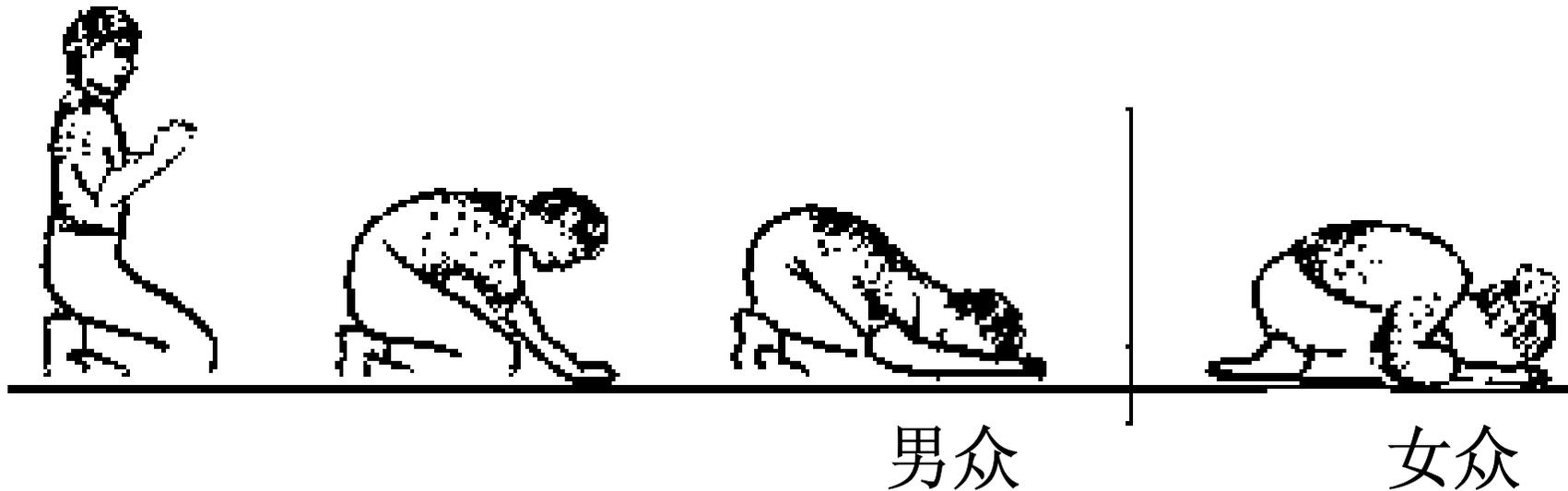
# 佛陀教诫



不要因听闻就相信。  
不要因习俗传统就相信。  
不要因流传的消息就相信。  
不要因宗教经典就相信。  
不要因合乎逻辑就相信。  
不要因合乎推理就相信。  
不要因外表的观察就相信。  
不要因深思熟虑就相信。  
不要因似真、有可能就相信。  
不要因沙门是我们的导师就相信。

# TISARAṆA VANDANĀ

## 礼敬三宝



Araham, Sammā-sambuddho Bhagavā,  
Buddham Bhagavantam abhivādemī. (x1)

世尊是阿罗汉、正等正觉者，  
我礼敬佛陀世尊。(一拜)

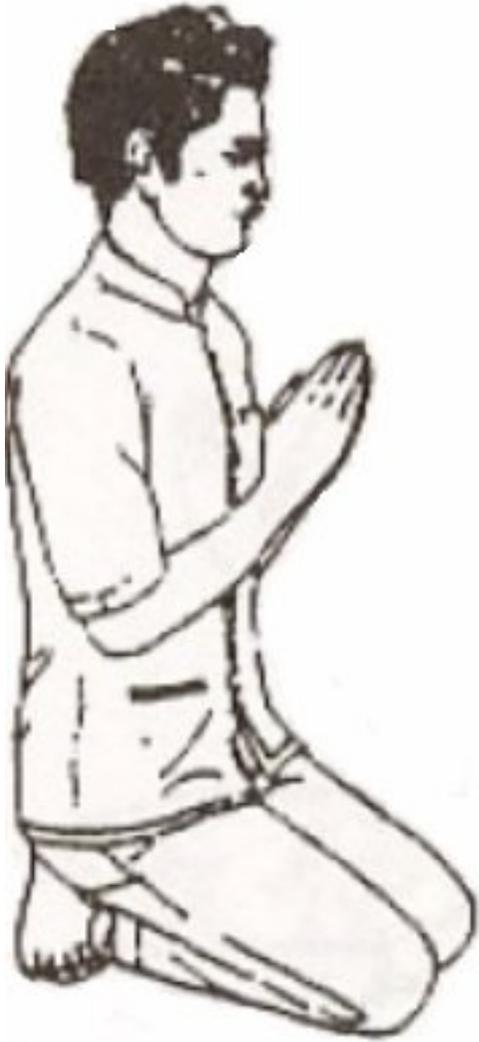
Svākkhāto Bhagavatā dhammo,  
Dhammam namassāmi. (x1)

法是世尊所善说的，我礼敬法。(一拜)

Supaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅgho,  
Saṅgham namāmi. (x1)

世尊的弟子僧团是善行道者，我礼敬僧。(一拜)





# ĀRADHANĀ TISARAṆA & PAÑCA SĪLĀ

乞求  
三皈依与  
五戒

# ✧ ĀRĀDHANĀ 乞求 ✧

Mayaṃ bhante tisaraṇena saha pañca sīlāni yācāma.

尊者我们向您乞求三皈依五戒。

Dutiyampi mayaṃ bhante tisaraṇena saha pañca sīlāni yācāma.

第二次，尊者我们向您乞求三皈依五戒。

Tatīyampi mayaṃ bhante tisaraṇena saha pañca sīlāni yācāma.

第三次，尊者我们向您乞求三皈依五戒。



# ✧ TISARANA 三皈依 ✧

Namo tassa Bhagavato, Arahato, Samma-sambuddhassa. (x3)

礼敬世尊·阿罗汉·正等正觉者。(三遍)

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

佛（是我的）庇护所。

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

法（是我的）庇护所。

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

僧（是我的）庇护所。

Dutiyampi Buddhāṃ saraṇaṃ gacchāmi.

第二次，佛（是我的）庇護所。

Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

第二次，法（是我的）庇護所。

Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

第二次，僧（是我的）庇護所。

Tatiyampi Buddhāṃ saraṇaṃ gacchāmi.

第三次，佛（是我的）庇護所。

Tatiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

第三次，法（是我的）庇護所。

Tatiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

第三次，僧（是我的）庇護所。



# ✿ PAÑCA SĪLĀ 五戒 ✿

Pāṇātipātā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.

我受持不杀生戒。

Adinnā-dānā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.

我受持不偷盗戒。

Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.

我受持不邪淫戒。

Musā-vādā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.

我受持不妄语戒。

Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.

我受持不服用酒类等麻醉品戒。

Imāni pañca sikkhā-padāni samādiyāmi. (x3)  
我受持五戒。(三遍)

尊者说：

Sīlena sugatim yanti.

因持戒故，使你投生善道。

Sīlena bhoga-sampadā.

因持戒故，使你成就财富。

Sīlena nibbutim yanti.

因持戒故，使你证悟涅槃。

Tasmā sīlam visodhaye.

因此，你（们）应当净化戒行。

在家众答：

Sādhu, bhante.

善哉，尊者。



SUGANDHA  
PŪJĀ  
供香

Sugandhi-kāya-vadanam — ananta-guṇa-gandhinam ,  
Sugandhinā'ham gandhena — pūjayāmi Tathāgataṁ. (x3)

我以此香供养具足  
无量功德身语香的如来。 (三遍)



# BHĀVANĀ

# 禪修





METTĀ  
慈愛

Sabbe sattā averā hontu.

愿一切众生脱离仇恨。

Sabbe sattā abyāpajjā hontu.

愿一切众生脱离精神上的烦恼。

Sabbe sattā anīghā hontu.

愿一切众生脱离身体上的痛苦。

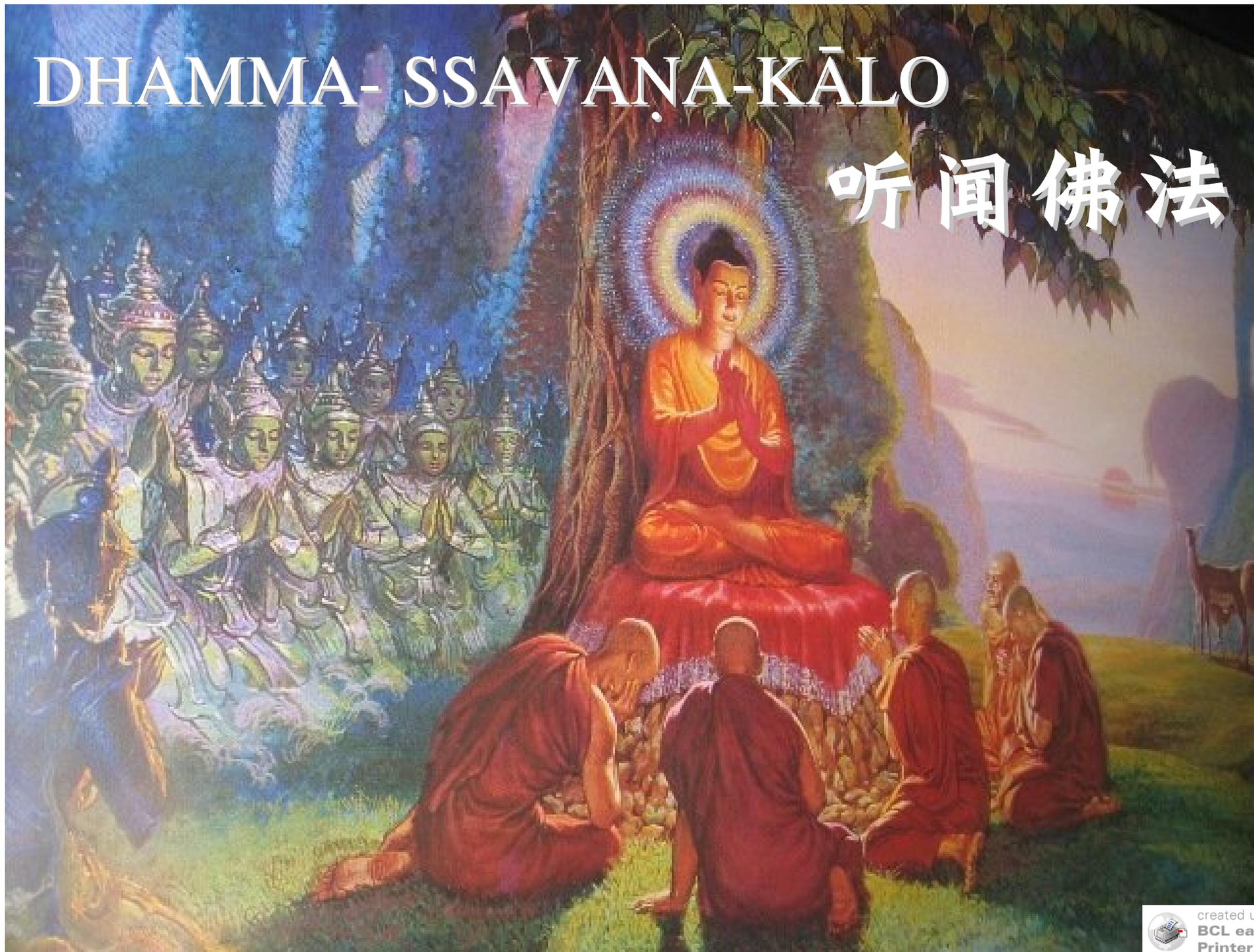
Sabbe sattā sukhī attānam, pariharantu.

愿一切众生守住自己的幸福。

(三遍)

DHAMMA-SSAVANA-KĀLO

听闻佛法



# Ārāḍhanā Devā 邀请天众

---

Samantā cakkavāḷesu,  
从世界系中各处，  
atrāgacchantu devatā,  
愿诸天神来此地，  
saddhammaṃ munirājassa,  
听圣者王之正法，  
suṇantu saggamokkhaḍaṃ.  
导向乐处与解脱。

Dhamma-ssavaṇa-kālo ayam-bhadantā. (3x)  
这是听闻佛法的时候，尊者们！（三遍）

Namo tassa Bhagavato, Arahato, Samma-sambuddhassa. (x3)

礼敬世尊·阿罗汉·正等正觉者。(三遍)

Buddham, Dhammam, Sangham namassami. (x1)

礼敬佛、法、僧。(一遍)



讲座主题

SĪLA

持戒



# 持戒



# 目 录

☯ 戒的定义 ▶

☯ 什么是戒的语义 ▶

☯ 「思戒」与「离戒」▶

☯ 无贪、无嗔与正见戒 ▶

☯ 律仪戒与不犯戒 ▶

# 目录

☯ 为何被称为「戒」▶

☯ 什么是持戒波罗蜜的基础？▶

☯ 什么是戒的相、作用、现起和近因？▶

☯ 三种持戒波罗蜜▶

☯ 持戒在善法修习的排序▶

# 目录

☯ 戒的种类 ▶

☯ 两种戒 ▶

☯ 三种戒 ▶

☯ 四种戒 ▶

☯ 五种戒 ▶

# 目 录

☯ 出家与在家戒戒条 

☯ 佛为僧团制戒的目的 

☯ 犯戒与不犯戒的情况 

☯ 未具足戒者犯戒的情况 

☯ 未具足戒者不犯戒的情况 

# 目录

☯ 五戒的业报与功德 ▶

☯ 五戒的业报轻重条件 ▶

☯ 十善业与十恶业 ▶

☯ 十善业的功德 ▶

☯ 十三头陀支的杂项 ▶

# 目录

☯ 十三头陀支 ▶

☯ 持戒的态度 ▶

☯ 菩萨如何修止戒与行戒？ ▶

☯ 什么是持戒的染污？ ▶

☯ 什么是持戒的净化因素？ ▶

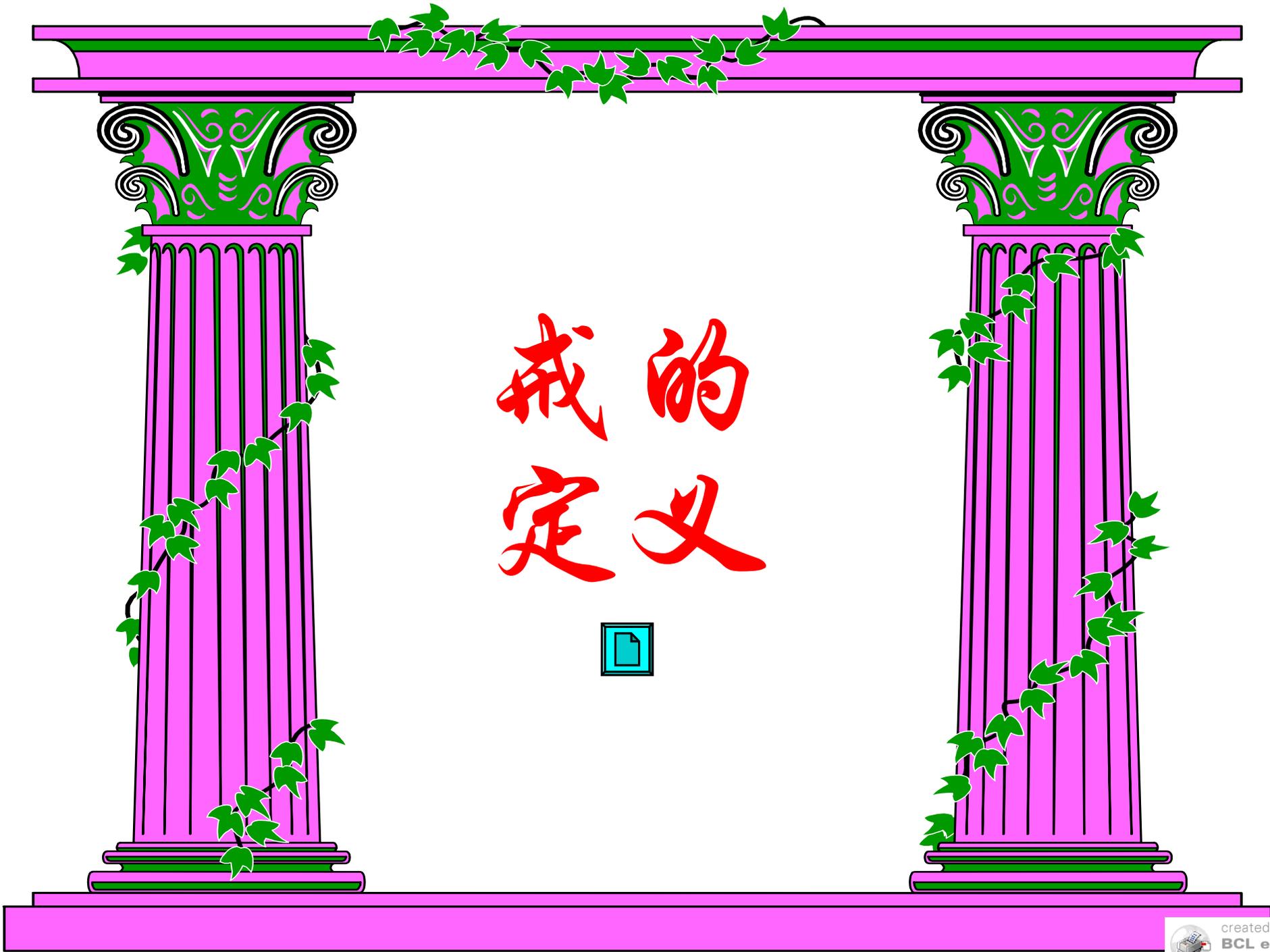
# 目 录

☯ 如何圆满持戒? ▶

☯ 什么是戒的功德? ▶

☯ 不持戒的祸患 ▶

☯ 持戒的利益 ▶



戒的定义



什么是戒？许多种心与心所法可被定义为戒，它们是：

1. 在戒绝杀生等身语恶行时生起之思，或在向长辈、老师等实行应做的义务时生起之思。
2. 三种离心所，即正语（离语恶行）、正业（离身恶行）、正命（离邪命）。
3. 无贪心所。
4. 无瞋心所。

5.正见心所（也作无痴与慧）。

6.五种律仪。

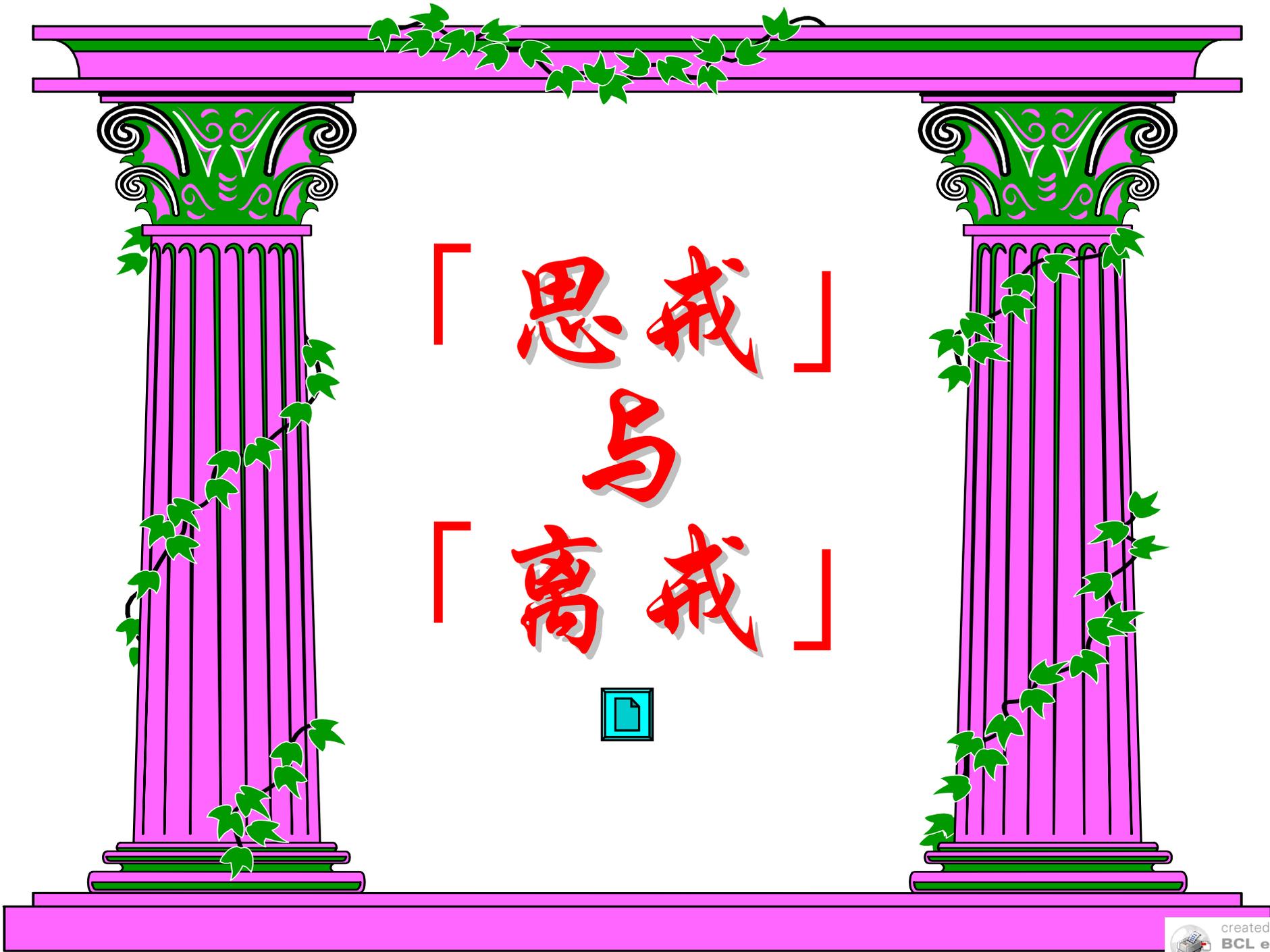
7.不犯心所。

什么是  
戒的  
语义



## 什么是戒的语义？

⊗ 戒为戒行的意思。为什么称为戒行？即正持——以身业等善持戒律而不杂乱的意思；或确持——保持一切善法的意思。此二义实为通晓文字法者所允许的。然而也有人解释戒为头义及清凉等义的。



「思戒」与「离戒」：

- ❁ 三种身恶行是杀生、偷盗与邪淫。四种语恶行是妄语、两舌、恶口与绮语（讲废话）。犯这两类恶行可以跟赚取生活有关（譬如渔夫与猎人）或无关（譬如打猎为乐）。
- ❁ 同样地，远离这两类恶行也可以跟赚取生活有关或无关。跟赚取生活无关地远离三身恶行是为正业离；跟赚取生活无关地远离四语恶行是正语离；跟赚取生活有关地远离这两类恶行，以及远离其它邪命（尤其是比丘必须遵守的）是为正命离。

⊗ 上述的三种心所是为离戒，而陪同它们生起的思心所是为思戒。服侍导师时生起之思也是思戒。

无贪、与戒  
无嗔、见  
无正



「無貪」、「無瞋」、「正見」戒：

❁ 舍杀生等的七业道之思名为「思戒」。「舍贪欲而离贪心住」等所表现的无贪、无瞋、正见之法名为「心所戒」。

律儀戒  
与  
不犯戒



「律仪戒」与「不犯戒」：

- ❁ 「律仪戒」，当知有五种律仪：即别解脱律仪，念律仪，智律仪，忍律仪，精进律仪。这里「圆满具足别解脱律仪」，是说关于别解脱律仪。「防护眼根，成就眼根律仪」，是「念律仪」。
- ❁ 「不犯戒」，即受持戒律之人的身口等不违犯于戒。

为何被  
称谓  
「戒」



为何称为「戒」？

⊗ 「戒」之巴利文是sīla，它有两种含意：

1. 天性、行为或习惯。

2. 圣洁、有道德之善行，它有两种含意：

a. 导向；

b. 支持。

⊗其明确的答案是：它称为戒是因为：

- 1.它不让身语业变得残暴与混乱，而控制及使它们变得平静与温和；
- 2.它作为四种善心生起的基础，而这四种善心是欲界、色界、无色界与出世间之善心。

论师对「戒」的看法：

⊗ sīla一字是演变自 sira或 sisa，两者的意思皆是「头」。当头破掉时，一个生命的整个身体已被毁；因此当戒毁坏时，一切善业皆毁坏了。所以戒就好像善业身之头，而 sīla则是以“l”替换sira和sisa之“r”或“s”演变出来的。

作者的看法：

⊗ 作者认为这类看法是不正确的，因为其论点只基于 sira, sisa 和sīla有类似的发音，而没有涉及《增上财灯》偈 1092 为sīla所下之定义。

⊗ 根据《增上财灯》所下的结论，戒有两种含意，

1. 天性；

2. 善行。

什么是特蜜  
戒波罗的  
基础？



❁ 持戒波羅蜜是以大悲心與方法善巧智為基礎的善身語業。

❁ 根據論藏的定義則是離心所（viratī cetasika）與實行當行之善的思心所（cetanā）。

1. 它的相是不讓身與口為惡，而保持它們行善；它的另一個相是作為一切善業的基礎。
2. 作用是防止道德淪落（即防止造三種惡身業與四種惡語業），它也有幫助獲得無瑕疵、無可批評的完美道德之作用。

3. 现起是身与语的清净。

4. 近因是惭（hirī, 羞于为恶）与愧（ottapa, 害怕为恶）。

什么是戒  
的相、作  
用、现起  
和近因？



持戒的「相」、「味」、「现起」与「近因」的含义即：

❁相 (lakkhana)：是防护人们的身语业，以及把它们导向正确的方向；它也作为一切善业的基础。

❁作用 (味rasa)：是防止人们由于不受控制的身语业而变得不道德。它帮人们保持言行无瑕，不受智者指责。

- ❁ 现起 (paccu-patṭhāna) : 是身语意之清净。当智者省察戒的本质时，他觉察它即是身业、语业与意业之清净。
- ❁ 近因 (padaṭṭhāna) : 是惭 (羞于为恶) 与愧 (害怕为恶)。虽然听法有助于戒之生起，但这只是较远的原因。只有通过惭愧才会有持戒。

三  
种  
持  
戒  
波  
罗  
蜜



三种持戒波罗蜜，即：

1. 不为了妻子、儿女与财产外物而犯戒是属于普通持戒波罗蜜（pāramī）。
2. 不为了自己的手脚等肢体而犯戒是属于中等持戒波罗蜜（upapāramī）。
3. 不为了自己的生命而犯戒是属于究竟持戒波罗蜜（paramattha-pāramī）。

持戒在  
善法修习  
的排序



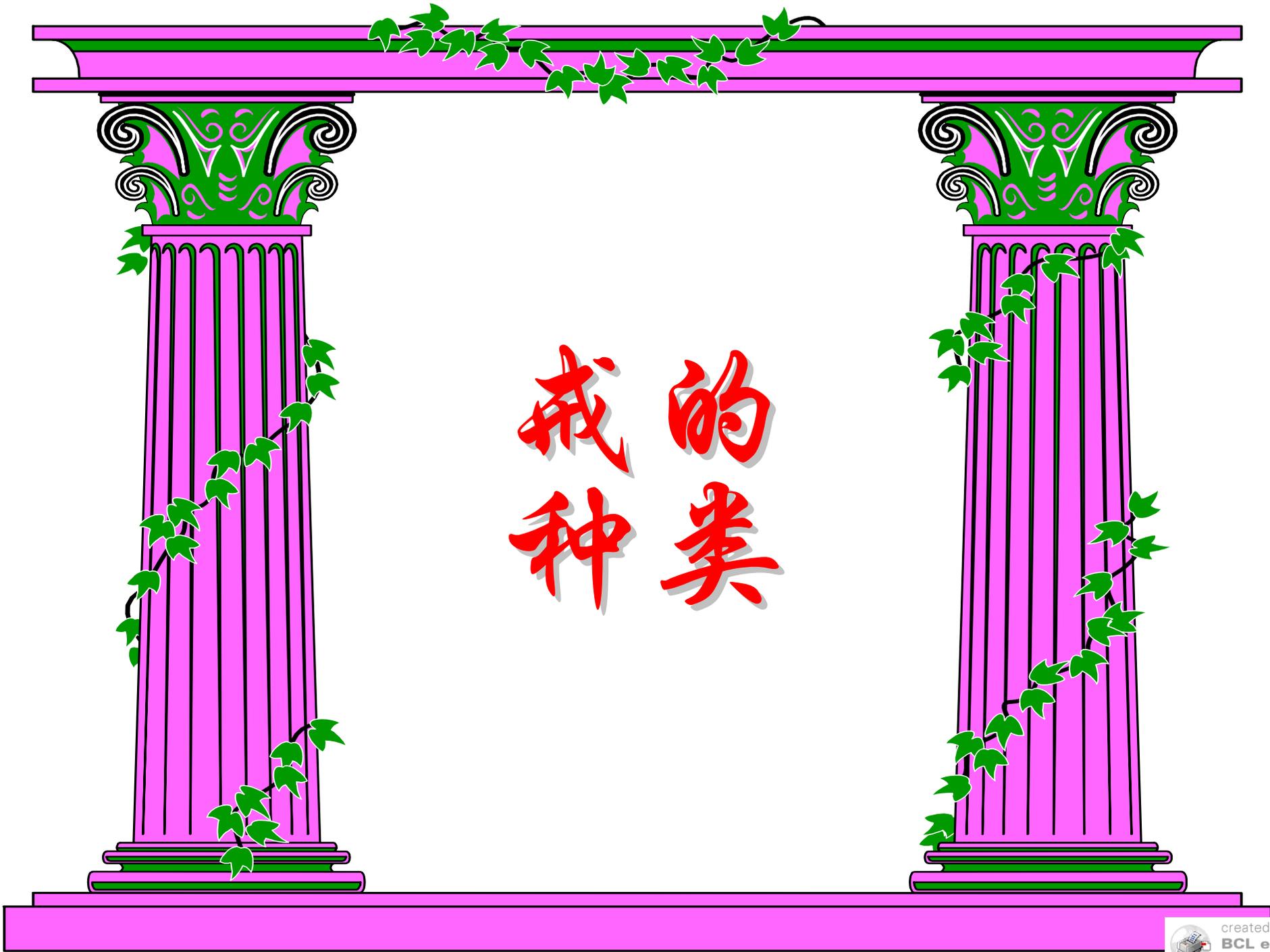
四个原因持戒是三种修习善法之首二：

⊗ 三端正法—布施、持戒、禅修；

⊗ 十福业—布施、持戒、禅修、恭敬、服务、回向、随喜、闻法、弘法、正直己见；

⊗ 十波罗蜜—布施、持戒、出离、智慧、精进、忍辱、真实、决议、慈、舍；的首二修习法，即：

1. 因为持戒可以净化施者与受者。
2. 因为教完为他人提供服务之后（例如布施），佛陀希望教众生不去伤害他人（例如不杀生）。
3. 因为布施是积极的行动，而持戒是戒禁的修习。佛陀为了在教积极行动（即布施）之后，即教戒禁的修习。
4. 因为布施带来财富，而持戒则导致投生到人间或天界。佛陀为了在教完如何获得财富之后，即教如何获得来世投生为人或天神。



戒的类

## 两种戒：

1. 作持戒与止持戒 
2. 等正行戒与活命八戒 
3. 离戒与非离戒 
4. 依止戒与不依止戒 
5. 时限戒与终生戒 
6. 有限制戒与无限制戒 
7. 世间戒与出世间戒 

## 三种戒：

1. 下等戒、中等戒、上等戒 
2. 自增上戒、世间增上戒、法增上戒 
3. 执取戒、不执取戒、安息戒 
4. 清净戒、不清净戒、疑惑戒 
5. 学戒、无学戒、非学非无学戒 

## 四种戒：

1. 退分戒、住分戒、胜分戒、抉择分戒 

2. 比丘戒、比丘尼戒、未具足戒、在家戒 

### 在家戒：

a. 永久戒 

i. 五戒

b. 偶而戒（时而戒） 

i. 梵行五戒 

ii. 一食梵行五戒 

iii. 活命八戒

iv. 八戒

v. 布萨八戒 

vi. 三种布萨八戒 

vii. 布萨九戒 

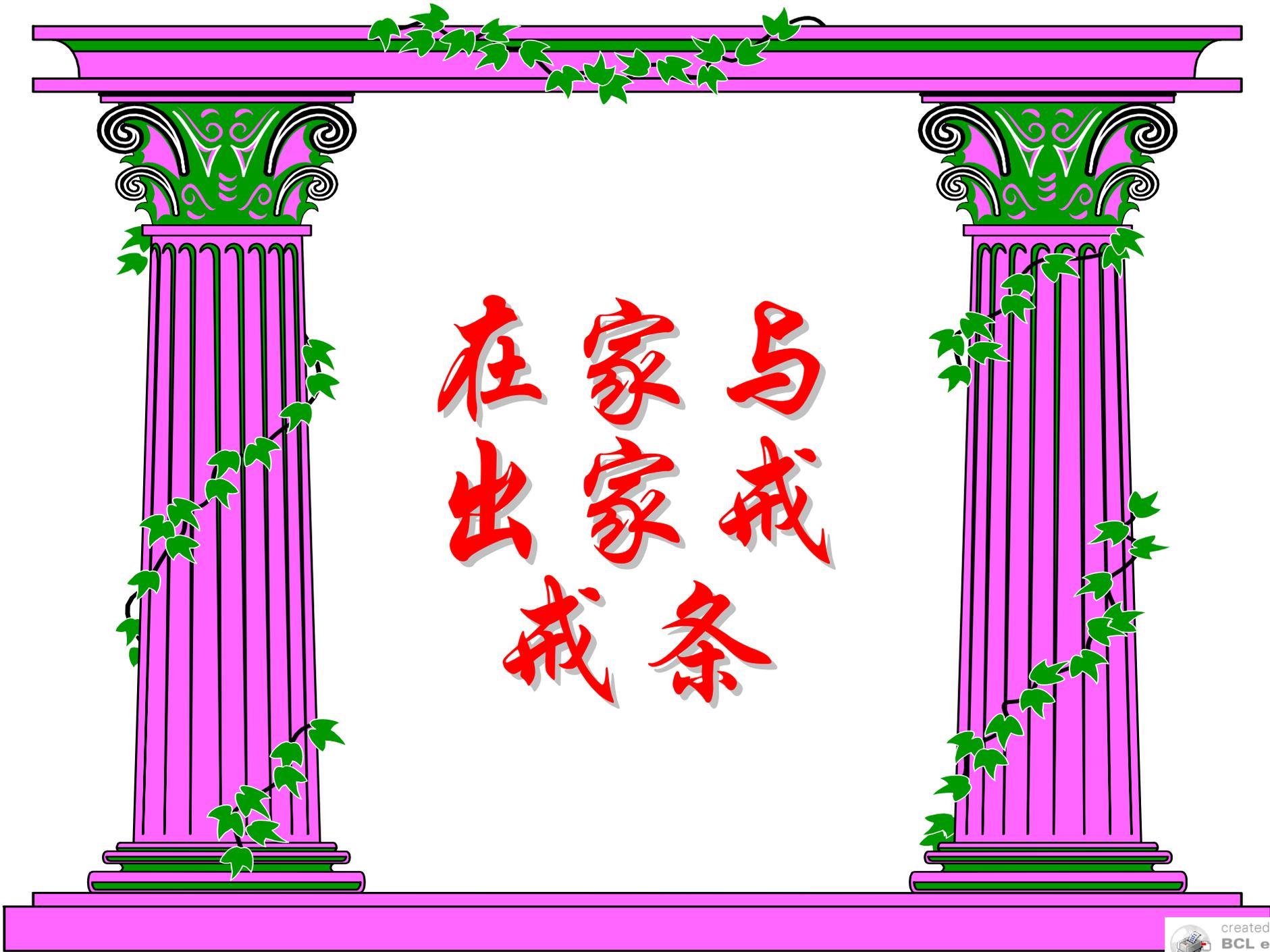
viii. 出离十戒

3. 自然戒、惯行戒、法性戒、前因戒 

4. 别解脱律仪戒、根律仪戒、活命遍净戒  
、资具依止戒 

## 五种戒：

1. 制限遍净戒、无制限遍净戒、圆满遍净戒、无执取遍净戒、安息遍净戒 
2. 断戒、离戒、思戒、律仪戒、不犯戒 



在家与出家  
戒条

# 出家与在家戒的种类

出家戒

在家戒 

男众戒

尼众戒

永久戒

偶而戒

具足戒

具足戒

五戒

梵行五戒

比丘戒

比丘尼戒

一食梵行五戒

未具足戒

未具足戒

活命八戒

沙弥戒

沙弥尼戒

布萨八戒

正学尼

布萨九戒

出离十戒

# 出家具足戒戒条

比丘戒   
227戒

- 4破败 (波罗夷法)
- 13僧残 (僧伽婆尸沙法)
- 2不定法
- 30舍忏 (尼萨耆波逸提法)
- 92忏悔 (波逸提法)
- 4悔过 (波罗提提舍尼法)
- 75众学法
- 7灭诤法

比丘尼戒  
311戒

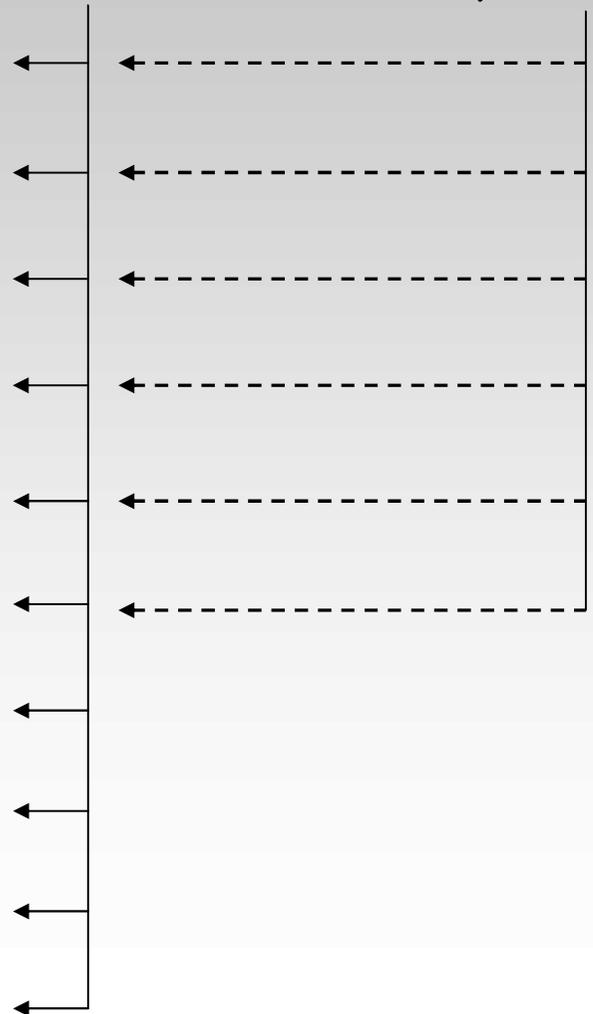
- ← 8破败
- ← 17僧残
- ← 30舍忏
- ← 166忏悔
- ← 8悔过
- ← 75众学法
- ← 7灭诤法

# 出家未具足戒戒条

沙弥十戒 

- 离杀生
- 离不与取
- 离非梵行
- 离妄语
- 离饮酒
- 离非时进食
- 离跳舞、唱歌、看戏剧
- 离花鬘、香水、化妆
- 离坐卧高大床
- 离接受金银

沙弥尼十戒 正学尼六戒



# 在家戒戒条

永久戒

偶而戒

五戒

梵行五戒

梵行一食五戒

离杀生

离不与取

离非梵行

离妄语

离饮酒

离欲邪淫

日中一食

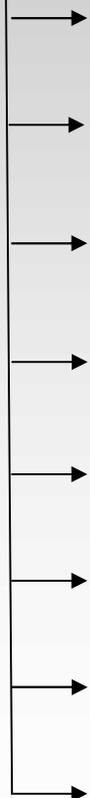
# 在家戒戒条

## 偶而戒

### 活命八戒

- 离杀生
- 离不与取
- 离欲邪淫
- 离妄语
- 离两舌
- 离恶口
- 离绮语
- 离邪命

### 布萨八戒



- 离杀生
- 离不与取
- 离非梵行
- 离妄语
- 离饮酒
- 离非时进食

### 布萨九戒

- 离跳舞、唱歌、花鬘、香水
- 离坐卧高大床

以慈心俱遍满一切众生

# 在家戒戒条

↓  
偶而戒

↓  
出离十戒

↓  
离杀生

离不与取

离非梵行

离妄语

离饮酒

离非时进食

离跳舞、唱歌、奏乐、看戏剧

离花鬘、香水、涂油、化妆

离坐卧高大床

离接受金银

佛为僧团  
制戒  
的目的

佛为僧团制戒的十个目的，即为了：

1. 僧团的优越；
2. 僧团的和平；
3. 克制无耻者；
4. 善自制的比丘得安宁；
5. 制伏今世诸漏；
6. 防止来世诸漏；
7. 令无信者生信；
8. 令有信者增长其信；
9. 建立正法；
10. 守护戒律。

犯戒与戒  
犯的情况  
的

## 构成犯戒的情况：

1. 不知羞耻；
2. 不知道；
3. 怀疑也照作；
4. 不应该作的当做应该作的；
5. 应该作的当做不应该作的；
6. 忘记。

## 不构成犯戒的情况

1. 心被强烈的烦恼所困惑（迷乱的程度必须达到不能分辨火与黄金、粪便与檀）；
2. 发狂时；
3. 受到激烈的痛苦乃至不知道自己正在做什么；
4. 未制戒之前的首犯者。

未  
者  
具  
犯  
情  
足  
戒  
况  
戒  
的

未受具足戒者（出家与在家）构成违犯戒的情况：

### 离杀生戒

- 1.对象是有生命者；
- 2.知道是有生命者；
- 3.存有杀意；
- 4.付出努力去杀（亲手、煽动、抛掷、固定的陷阱、诡计及超能力）；
- 5.被杀者命断。

## 离不与取戒

1. 有主物（包括个人物、僧团物、供养圣物的东西，如：供塔物等）；
2. 知道是有主物；
3. 存有盗心；
4. 以各种方法取，例如：以身体的行为夺取或以言语命令他人偷取（吃秤头、强硬手段、隐瞒、设计或伪造、不还）；
5. 该物被取离本处。

## 离非梵行戒

1. 行性交之道，包括自己或他人的口道、阴道、大便道（肛门）；
2. 清醒地觉知要行性交之事；
3. 以种种方法行性交；
4. 同意对方与自己行性交。

## 离欲邪淫戒

1. 有心想要享受不可侵犯的对象（男人与二十种不可行淫的女人；女人与十二种不可行淫的男人）行性交；
2. 致力于享受；
3. 设计占有；
4. 结果占有了；
5. 方法则只有一个，即：亲身体验。

## 离妄语戒

1. 不实的言语；
2. 存有欺骗的动机；
3. 以各种方法欺骗（透过身体的行为，例如：书信、用手作信号、动作或言语）；
4. 对方明了所说的含意。

## 离饮酒戒

- 1.能导致醉的物品；
- 2.存有欲念要使用；
- 3.使用；
- 4.使用后经过喉咙。

## 离非时进食戒

1. 从日正当中之后至隔天明相未出之间的时段；
2. 食用一切时药。时药是指持不非时食戒者限制于黎明（明相出）至日正当中之间的时段才可食用的食物；
3. 吃；
4. 吃下的食物经过喉咙。

离跳舞、唱歌、奏乐、看戏剧戒 

- 1.是娱乐，如：唱歌、跳舞、奏乐、戏剧等；
- 2.存心要看或听；
- 3.观看或倾听。

离花鬘、芳香、涂油、衣物、装饰品戒 

- 1.含有香味成分的化妆品；
- 2.存有装饰的动机；
- 3.涂抹在身上。

## 离坐卧高大床戒

1. 床的高或大超过所限制的尺寸；
2. 知道该床是高或大的床；
3. 坐或躺在该床上。

## 离接受金银戒

1. 金银（包括钱）；
2. 自己接受金钱：当别人供养金钱给沙弥时，沙弥亲自拿取，或当他在任何地方发现不属于任何人的金钱时，他亲自拿取金钱；
3. 命令他人为自己接受金钱：在上面两种情况下（当别人供养金钱给他，或他发现金钱），他命令别人（为他）拿取金钱；

4. 允许他人将钱放在自己身旁或为自己保管金钱，例如：居士们将钱摆在他的前面，说：「这是给你的。」或者钱放在某处，他们说：在某某地方的那笔「钱是要给你的。」再者，如果他们单单藉者言语或手势来传达这项给与的讯息，而该沙弥不经由身体的表态或言语加以拒绝，并且在内心接受了它，这就称为「允许」。

未具足戒  
者不犯戒  
的情况

未受具足戒者（出家与在家）不构成违犯戒的情况：

## 离杀生戒

1. 不小心（意外），例如：营造房舍时，失手掉落木石压死刚好从下面经过的人；
2. 无故意心（不存杀害的心），例如：出于诚心给病比丘药，但是该比丘在服用时噎到而死；

3. 不知道，例如：不知道有生物在那里而将石头放在上面；
4. 没有想到会使对方致命，例如：不经意地将有毒的东西给他人吃，彼吃后死亡；
5. 精神失常（如见火而捉等）或发狂时（失去理智状况）；
6. 被杀者没有因此而死。

## 离不与取戒

1. 无主物，例如：被丢掉的东西，如粪扫衣；  
野外无人拥有之物；
2. 死者、鬼或畜生的东西；
3. 误以为是无主物；
4. 不存有盗心，以为是自己的东西而误取；

5. 拿取信赖之物不犯离不与取，但是必须具备五个条件，即：

a. 物主是朋友；

b. 物主与自己很要好；

c. 物主允许自己可以拿取他的物品；

d. 物主还活着；

e. 确定物主不会在意。

6. 精神失常时。

## 离非梵行戒

1. 没有觉知时，如：在睡觉或昏迷时；
2. 心被强烈的烦恼所困惑（精神错乱）；
3. 发狂时；
4. 受到激烈的痛苦乃至不知道自己正在做什么。

# 离欲邪淫戒

1. 正常之夫妻性行为；

## 离欲妄语戒

1. 开玩笑；
2. 口误（话说得太快，即心中想着甲事，却说成乙事）；
3. 没有存着欺骗的心；
4. 被骗者不明白其意而不被骗。

## 离饮酒戒

1. 生病时使用含有麻醉成分的药治病；
2. 使用含有酒的颜色、气味、味道（但不是酒）的饮料；
3. 使用以酒调味的食物。

## 离非时进食戒

1. 食用三种药，即：

a. 五种非时药；

b. 七日药；

c. 终生药。

2. 食用混合药；

3. 饮水。

## 离跳舞、唱歌、奏乐、看戏剧戒

1. 在路上或其它场合刚好遇到；
2. 当正在坐着、躺着或站着时，这些娱乐出现在面前（例如坐在他人家里时，主人打开电视机），而心不去注意它们。

离花鬘、芳香、涂油、衣物、装饰品戒 

1.生病时用来治病。

## 离坐卧高大床戒

1. 坐或躺在以羊毛、羽毛、两足或四足动物软毛，但不是人的体毛所填塞之褥垫；
2. 坐或躺在以布填塞之褥垫；
3. 坐或躺在以树皮所填塞之褥垫；
4. 坐或躺在以草填塞之褥垫；
5. 坐或躺在以叶填塞之褥垫，但婆罗洲樟脑叶除外。如果是婆罗洲樟脑叶与其它树叶混合一起则许可使用；

6.坐或躺在没有超过所规定尺寸之床。

## 离接受金银戒

1. 在寺院里或住宿处捡起他人遗失的金钱，将它置放在保险的地方，等待失主将它领回去。
2. 并未表示允许接受金钱：沙弥内心允许而且想要接受，但是藉者身体表态或言语拒绝说：「这是不许可的。」或者，如果不藉者身体或言语拒绝，只是以清净的心不允许，想着：「这是不许可的。」如此则是正确的作法（不称为「允许」）。

五戒的业  
报与功德

## 杀生的业报

1. 全身有污瑕疵毛病；
2. 脸、皮肤，不清净不慈祥；
3. 多病；
4. 怖畏；
5. 软弱；
6. 暴死；
7. 他人杀；
8. 短命；
9. 无随从；
10. 遭受爱别离苦；
11. 堕恶道。

## 戒杀生的功德：

1. 全身无污瑕疵毛病；
2. 脸、皮肤，清净慈祥；
3. 健康；
4. 不怖畏；
5. 强力；
6. 不暴死；
7. 他人不能杀；
8. 长寿；
9. 多随从；
10. 不会遭受爱别离苦。

## 偷盜的業報

1. 墮惡道；
2. 常貧窮；
3. 常失物（水、火、賊、王、敵偷）。

## 戒偷盜的功德：

1. 富有；
2. 財物不會不見；
3. 心想事成（布施持戒故）；
4. 水、火、賊、王、敵難偷。

## 欲邪淫的业报

1. 人不喜爱；
2. 出生成黄门，双性人；
3. 一直要让人行淫欲；
4. 堕恶道。

## 戒欲邪淫的功德：

1. 平安(无险)，人慈(无敌)；
2. 睡寤安稳（无淫生惧）；
3. 不堕恶道；
4. 不为女、同性恋者、双性人、变性人；
5. 六根安祥（护）有惭愧心；
6. 男女爱之；
7. 无穷无忧虑（夫、子、妻子）。

## 妄语的业报

1. 丑陋；
2. 堕恶道；
3. 名声不好；
4. 少侍从；
5. 不受他人敬仰、信任；
6. 无大权、无影响力。

## 戒妄语的功德：

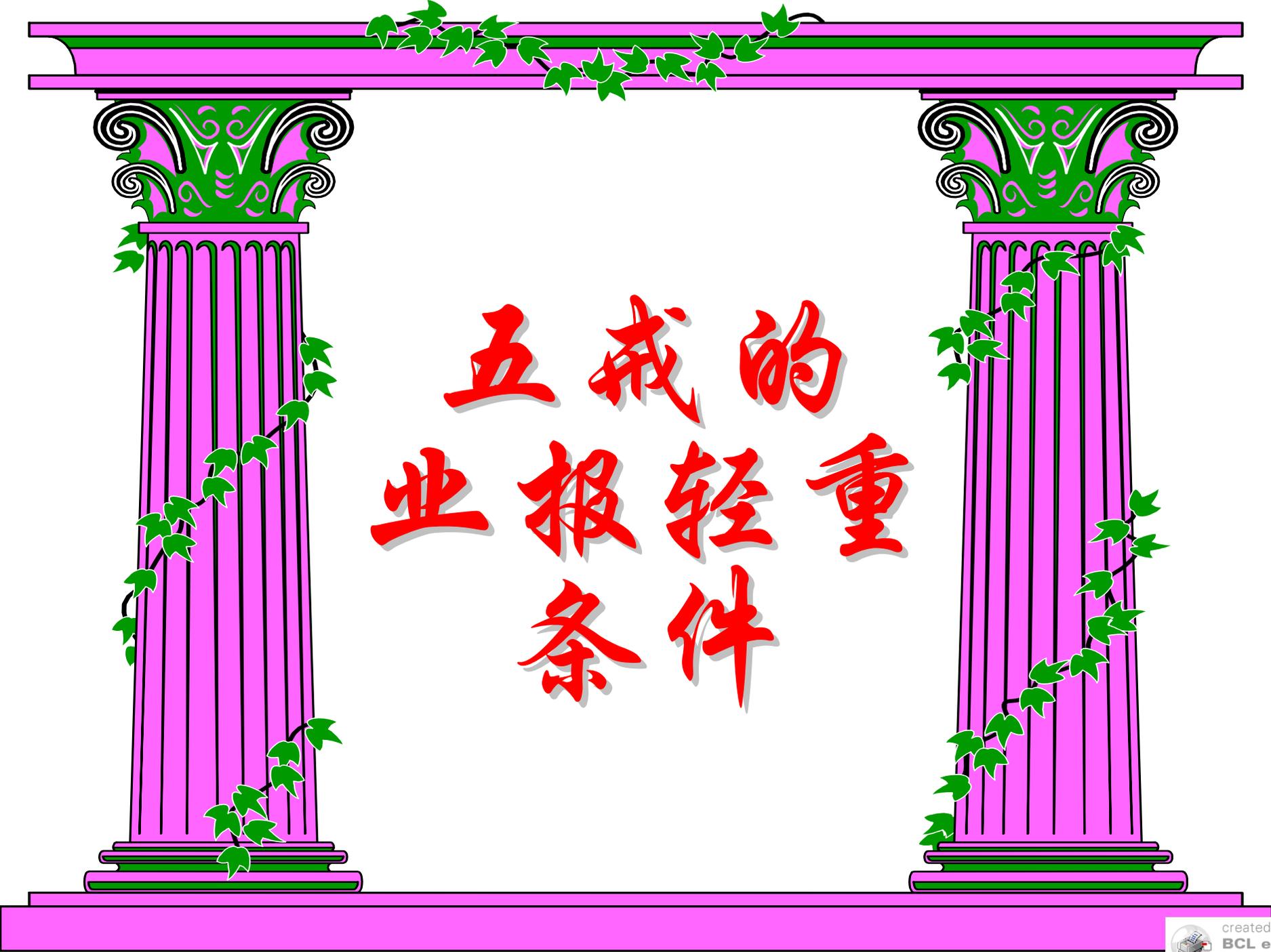
1. 六根清净；
2. 齿白平；
3. 声音好；
4. 不胖不高不瘦不矮，庄严、长相端正；
5. 口气香芬；
6. 名德远闻；
7. 多侍从；
8. 有大权、有影响力；
9. 他人听从、敬仰、信任、依靠；
10. 与人友善、和睦。

## 饮酒的业报

1. 失财富，其家产业日日损减；
2. 多敌，恚怒暴生，增加斗争；
3. 多病；
4. 恶名；
5. 无耻；
6. 记忆力差、智慧日损，智力减退，笨，慢成就；
7. 堕恶道。

戒饮酒的功德：

1. 神智清明，恬静安宁。



五戒的  
业报轻重  
条件

杀生业业报的轻重，决定于：

- 1.被杀者的德行；
- 2.烦恼的强弱；
- 3.付出的努力。

偷盗业业报的轻重，决定于：

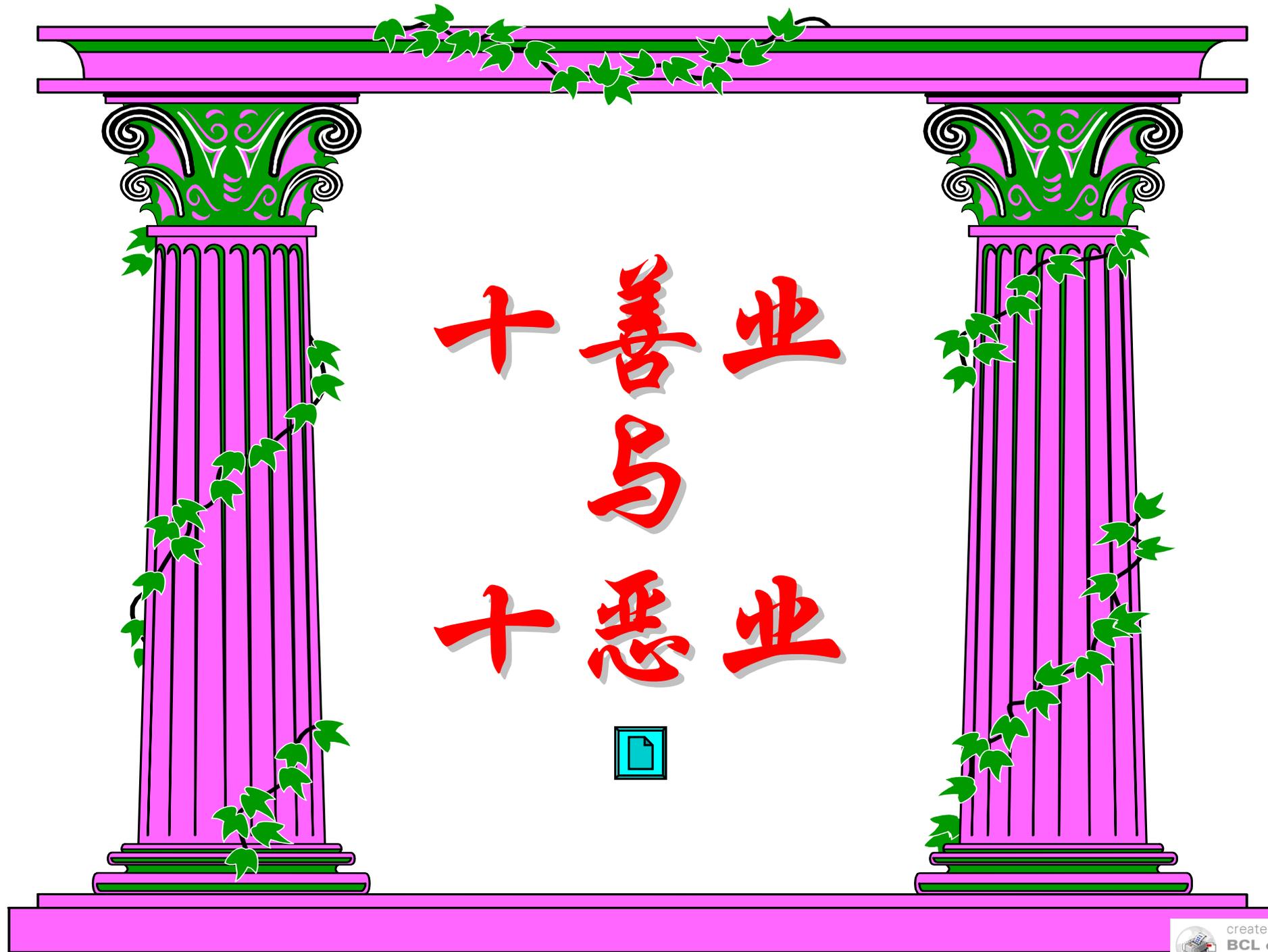
- 1.物主的德行；
- 2.物品的胜劣。

欲邪淫业业报的轻重，决定于：

1. 被侵犯者的德行。

妄语业业报的轻重，决定于：

1. 他人受到损害的利益是大是小。



十善业  
十恶业



# 十善业

## 身业

不杀生  
不偷盗  
不邪淫

## 口业

不妄语  
不两舌  
不恶口  
不绮语

## 意业

无贪  
无嗔  
无正见

# 十恶业

身业

杀生  
偷盗  
邪淫

口业

妄语  
两舌  
恶口  
绮语

意业

贪婪  
嗔恨  
邪见

十善业的功德



## 十善的功德：

1. 通过不杀生，布施无畏给众生则毫无困难地培育慈心与获得它的十一种利益。除了获得健康、长寿与快乐的益处，也能去除瞋恨的习气。
2. 通过不偷盗，获得不会被五敌毁坏的财富。他不会令别人起疑心。他友善、亲切、值得信任、不执着于财富、具有舍弃财富的倾向，以及能够去除贪欲的习气。

3. 通过不邪淫，保持谦虚、身心平静、对众生友善与亲切、不被他们厌恶。有良好的声誉。对女人不会有执着与强烈的贪欲。由于认真地倾向于出离，得以去除贪欲的习气。
4. 通过不妄语，受到众生很高的敬仰、信任与依靠。言语易被接受、对大众有很大的影响力；对天人友善与亲切。有香甜的口气。在言语与行为上有良好的克制。能去除烦恼的习气。

5. 通过不两舌，获得不能被毁坏的身体和不能被奸计分裂的弟子及随从。对法有不动摇的信心。是一个稳定的朋友、对众生亲切，以及得享少烦恼的好处。
6. 通过不恶口，对众生友善、有愉快与亲切的性格、言语温和、受众生所敬仰。获得有八种素质的声音，即：一、發音清晰；二、明確；三、音調美妙；四、悅耳；五、完整圓滿；六、不散亂；七、深沉與有共鳴力；八、不超越聽眾範圍。跟梵天一樣，佛陀的聲音也有這八種素質。

7. 通过不绮语，对众生友善与亲切、受他们敬仰。只说适度的话。言语易于被接受及对众生有很大的影响。拥有大权与能够善巧地立刻回答他人所问的问题。
8. 通过不贪婪，则毫无困难地实现所愿。能根据所喜的获得优越的财富。受富有的国王、婆罗门与在家人所敬仰。不会被困境折服。眼、耳、鼻、舌与身五根没有缺陷。

9. 通过不瞋恨，则成为一个亲切的人、受到众生爱戴。很容易地激起别人对他的信心。本性不粗野、常住于慈心及拥有极大的力量。
10. 通过不接受邪见而培育正见，则获得善友。即使是受到斩头的威胁，也不愿造恶。持有自己是己业的主人正见（自业智），因此不会迷信于预兆迷信的预兆。（在《行藏注疏》中提到），即是「对五根门的色、声、香、味、触五种目标的迷信，视它们为某某事件的预兆。」之论。对正法与佛陀有坚定的信心。除了正见之外绝不会乐于迷信。对无常、苦与无我三相有全面（亲身体验）的理解。

十三  
支院的  
杂项

## 十三头陀支的杂项：

⊗ 十三头陀支的语义 

⊗ 头陀支的相、味、现起、近因 

⊗ 头陀支的受持、规定、区别、破坏、功德 

⊗ 头陀等的善三法 

⊗ 头陀等的分别 

⊗ 头陀支的总与别 

# 十三 头陀支



## 十三头陀支，即：

1. 粪扫衣支 

2. 三衣支 

3. 常乞食支 

4. 次第乞食支 

5. 一座食支 

6. 一钵食支 

7. 时后不食支 

8.阿练若住支 

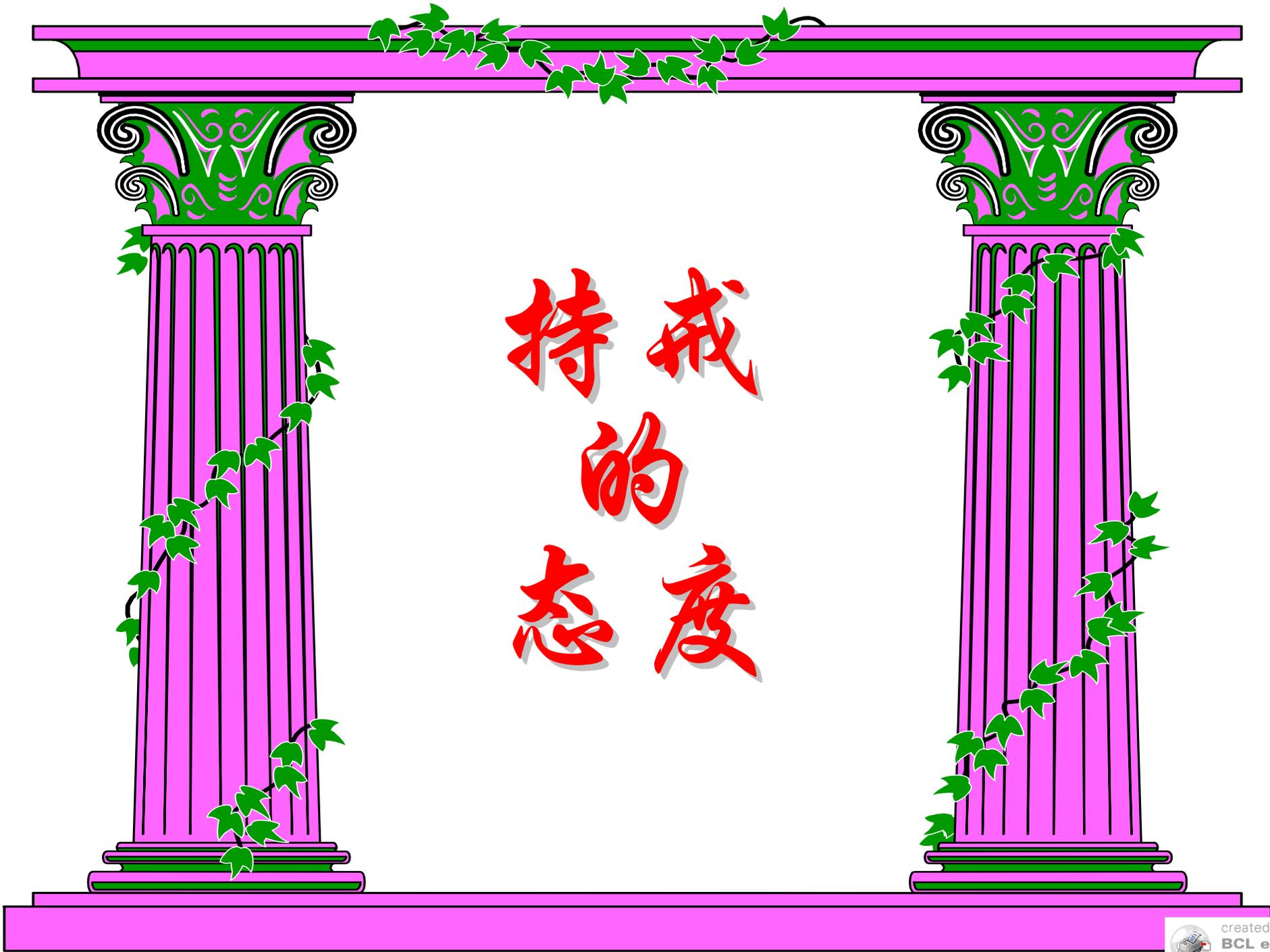
9.树下住支 

10.露地住支 

11.冢间住支 

12.随处住支 

13.常坐不卧支 



持戒  
的  
态度

应当以怎样的态度持戒？ 

1. 不应限制对象而持戒。
2. 不应限制时间而持戒。
3. 不应限制范围而持戒。
4. 应不惜生命而护戒。

菩萨如何  
修止戒与  
行戒？



## 菩萨如何修止戒？

1. 菩萨对众生有大悲心，即使在梦中也不会对众生有瞋恨心，因此他戒杀生。
2. 由于他时刻献身助人的精神，他对待别人的财物就有如在握着一一条毒蛇，是不会有不正当的倾向的。
3. 身为比丘或隐士时，他修习梵行。他不单只避免同妇女行房事，也避免《增支部》提到的色欲七小束缚。

## 菩萨如何修持行戒？

1. 对朋友时常保持欢迎，有敬意及有礼地合掌问候与招待他们。
2. 对病人他亲自周到地服侍。
3. 对别人的折辱他耐心地忍受，以及不断重复地回忆他们对他的恩惠。
4. 他随喜他人的善行，而奉献自己的善业以证得正等正觉。

5. 他时刻不忘修习善法。若他做了错事，他会承认（不会尝试隐瞒）及向法友忏悔。
6. 采取自己可接受，同时又可惠益众生的方式，他善巧又精进地为众生服务。
7. 当众生受到疾病折磨时，他会尽力去解除他们的痛苦。
8. 当不幸降临在众生身上，譬如危害到他们的亲戚、财富、健康、戒律与信仰时，他带给他们安慰和消除他们的痛苦。

9. 他正义地指出他们需要被纠正的不当行为，带他们脱离邪恶而建立善行。
10. 对于应受支持的人，他正义地给予援助。
11. 在听到过去的菩萨如何付出最高尚的努力圆满最难实行、具有不可思议的力量和肯定为众生带来快乐与福利的波罗蜜、舍离与善行时，菩萨也完全不害怕、不气馁与不灰心。

12. 菩萨不会宣传自己的善行，反之，他不隐瞒地承认自己的过错。
13. 他少欲知足、乐于隐居而不混杂于社会之中。
14. 他忍受种种苦难、不对任何事物起贪欲或烦躁的反应。
15. 他不傲慢自大、不恶意地说骂人的话、也不说废话。他安宁、平静与脱离不正当与虚伪的生活。

什么是  
持戒的  
污染？



以下乃是污染持戒的因素：

1. 由于渴爱、我慢与邪见而持戒。
2. 以「我的」、「我」与「我自己」而持戒是戒污染。
3. 为名闻利养等持戒。
4. 色欲七小束缚使戒污染。

什么是持  
戒的净化  
因素？



以下乃是净化持戒的因素：

1. 不被渴爱、我慢与邪见的污染。
2. 以无分别心持戒是净化持戒的因素。
3. 不犯任何戒（学处）。
4. 每当犯戒后有适当地补救。
5. 远离色欲七小束缚。

6. 不生气、怀恨、贬低他人、斗争、妒嫉、吝啬、欺诈、虚伪等。

7. 培育少欲知足、头陀支等。

如何圓滿  
持戒？



## 圆满持戒的因素：

1. 净化自己的倾向；
2. 从他人处受戒；
3. 不犯戒；
4. 忏悔所犯的戒。

什么是  
持戒的  
功德？



什么是戒的功德？如获得无后悔等的种种功德。经中说：「阿难，一切善戒具有无后悔的目的和功德」。又说：「诸居士，持戒者的具戒，得此五种功德。云何五种？诸居士，具戒的持戒者，因不放逸，得大财聚，这是持戒者具戒的第一功德。复次诸居士，具戒的持戒者，得扬善名，这是持戒者具戒的第二功德。复次诸居士，具戒的持戒者，无论亲近一切团体大众、刹帝利众、婆罗门众、居士众、或沙门众，在接近之时，得无怖畏羞惭，这是持戒者具戒的第三功德。

复次诸居士，具戒的持戒者，临命终时，得不昏昧，这是持戒者具戒的第四功德。复次诸居士，具戒的持戒者，此身坏死之后，得生善趣天界，这是持戒者具戒的第五功德」。

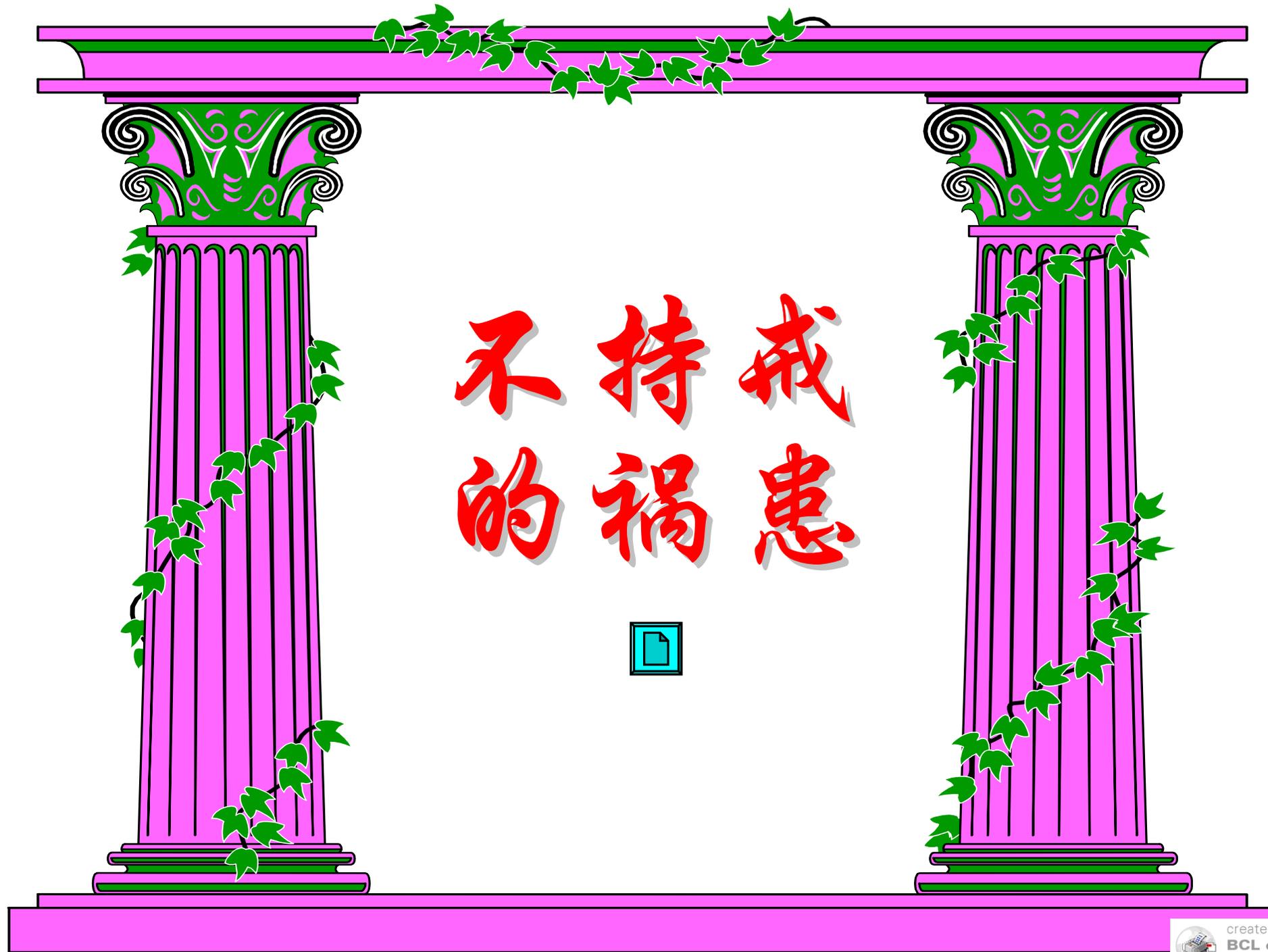
又如「诸比丘！若有比丘，愿为诸同梵行者所喜爱、欢悦、尊重、礼敬，彼当圆满一切戒」。这都是说始于喜爱欢悦等而终于漏尽的诸戒的功德。

什么是戒的功德？这便是无后悔等种种戒的功德，更有：

佛教给与善男子的住处，除了戒，更无别的了，戒德的分量，谁能说得尽呢？众生的垢秽，不是恒河、夜摩那河、沙罗婆河，亦非沙罗伐底河、阿羯罗伐底河，也不是摩西河、摩诃奈地河的流水，所能洗得干净的，唯有戒水能净有情的尘垢。

不是带来有雨之云的凉风，亦非黄色的旃檀、首饰的明珠，也不是明月照射柔和的光辉，能使此世众生热恼的安宁，唯有善护圣戒能使热恼究竟的清涼。

戒香不但顺风送，也得逆风熏，那里还能找到这样的香呢？为升天的阶梯，入涅槃的城门，那里还有别的可以比拟戒的呢？国王虽然盛饰摩尼珠，不如行者以戒庄严的光辉。戒能摧毁自责等的怖畏，具戒常生名望和笑颜。戒为诸德的根本，一切罪恶的破坏者，当知这是略说诸戒的功德。



戒患不持



一时佛与众比丘在憍萨罗国游方，在某处看到一堆烈火。佛陀即离开那条路，走到一棵树下，坐在阿难陀尊者以袈裟为他准备好的座位上。过后佛陀问众比丘：

诸比丘，是那一者比较好，是坐下抱着一团烈火好呢，还是坐着抱着一位身体柔软、触觉美妙的少女？

众比丘（无知）地回答说抱着少女会比较好。

佛陀即解释对不持戒的人来说，抱着烈火是比较好的，因为这只会让他痛苦一生，然而抱着少女将导致他们投生恶道。

过后佛陀再问众比丘：

是给一个强壮的人折磨、鞭打双脚至皮、肉、骨都破裂与粉碎比较好呢，还是乐受信徒的顶礼比较好？

是给一个强壮的人以尖利的矛刺穿胸膛比较好，还是接受信徒的顶礼比较好？

是给一个强壮的人以一块烧得火红的铁片紧捆全身比较好，还是穿用信徒布施的袈裟比较好？

是给一支烧得火红的器具拉开嘴巴，再投入一粒烧得火红的铁球以烧掉从口唇、口腔、舌头、喉、胃与肠至肛门的全部内脏比较好，还是食用信徒布施的食物比较好？

是给一个强壮的人紧抓头肩，再强压下去坐或躺在一个烧得火红的铁床比较好，还是用信徒布施的床比较好？

是头上脚下地给一个强壮的人抓着，再抛进一大锅烧得火滚的铁里比较好，还是住在信徒布施的寺院里比较好？

对于较后的六个问题，众比丘也给予有如第一题（无知）的答案。而佛陀的解释也有如第一题，即：对于不持戒的人，双足给人撕裂、打碎或胸给利矛刺穿等是比较好的，因为他们将只受苦一世。反之，若乐受信徒的顶礼、接受信徒的顶礼等，将会导致他们投生恶道，在漫长的日子里遭受极端的痛苦。

# 持戒 的利益



## 持戒所带来得利益：

1. 带给布施的信徒最大的利益，和使自己在僧团里的生活有益。
2. 不会受到自责与智者责备的烦恼。
3. 持戒是安全的基础，因为它是正念的根本原因，而且带来众多的利益。
4. 能去除不善业，因此它是我们幸福与快乐的最主要来源。

5. 一个出身低微的人，当他具有道德时，也会受到出身高贵的王族与婆罗门等的尊敬与顶礼。
6. 道德的财富超越了外在的财富，因为它不会受五敌威胁。它将跟随我们到来世，带来极大的利益，也是修定与慧的基础。
7. 世界统治者也控制不了自己的心，而只有持好戒律的人可以控制自己的心，因此持戒优于国王的权力等。

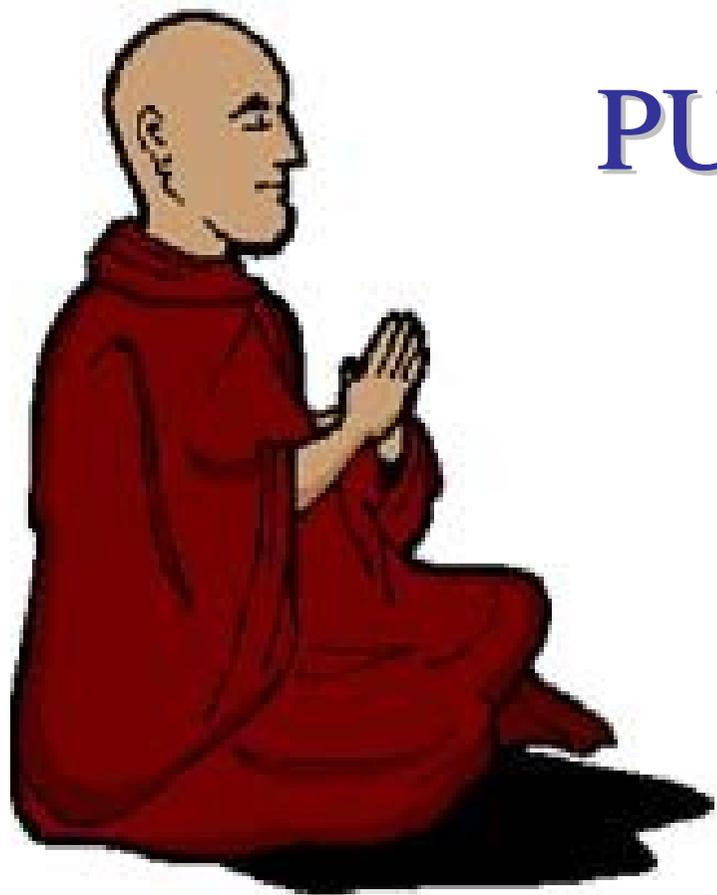
8. 有道德的人在生时获得优越的素质。
9. 道德甚至比生命更可贵，就有如佛陀所说的：「一天有道德的生活远比一百年无道德的日子来得好。」
10. 有道德的人甚至会受到敌人的敬仰，也由于他不会受到老、病与恶运所征服，因此他的德行超越了外表的美丽。
11. 它是天界与涅槃之乐的基础，因此它远比世界上最好的楼阁与皇宫更可贵，也远比最高阶级的国王、王子与大将军等更高贵。

12. 比关怀你的幸福的亲戚朋友们来得更好，因为它真正带给你福利与益处，而且是紧随着你去到来世。
13. 戒律有如一位特别的保镖，保护这难以看护的躯体，甚至能防止军队、毒药、咒语与魔法的危害。
14. 当省察：「持戒充满了无可计数的品德」，你不圆满的戒律将会变得圆满，或不清净的戒律将会变得清净。

15. 由于持戒是证得道果的根基，戒行必需具有很高的素质。因此应该是一个热爱戒律的人。

16. 若要成为一个值得信任的人，你必须有清净的戒行，这样才能解救众生，帮助他们达到五根成熟。

17. 若没有清净的戒行，是不可能获得禅那等特别素质。



PUÑÑANUMODANĀ

回向功德

&

PATHANĀ

许愿

## PUÑÑANUMODANĀ 回向功德

Idaṃ me mātā-pitūnaṃ hotu, sukhita hontu mātā-pitaro.

以此功德我回向给父母，愿他们快乐。

Idaṃ me ñātināṃ hotu, sukhita hontu ñātayo.

以此功德我回向给已故眷属，愿他们快乐。

Idaṃ me guru-upajjhāya-ācariyanāṃ hotu,  
sukhita hontu guru-upajjhāya-ācariya.

以此功德我回向给戒师、教授师，愿他们快乐。

Idaṃ sabba devānaṃ hotu, sukhita hontu sabbe devā.

以此功德我回向给一切天众，愿一切天众快乐。

Idaṃ sabba petānaṃ hotu, sukhita hontu sabbe petā.

以此功德我回向给一切饿鬼，愿一切恶鬼快乐。

Idaṃ sabba verīnaṃ hotu, sukhita hontu sabbe verī.

以此功德我回向给冤家债主，愿冤家债主们快乐。

Idaṃ sabba sattānaṃ hotu, sukhita hontu sabbe sattā.

以此功德我回向给一切众生，愿一切众生快乐。

Sādhu! Sādhu! Sādhu!  
善哉! 善哉! 善哉!



## \ PATHANĀ 许愿 |

Idaṃ me (no) dānaṃ nibbānassa paccayo hotu.

愿布施的功德成为我证悟涅槃的助缘。

Idaṃ me (no) sīlaṃ nibbānassa paccayo hotu.

愿持戒的功德成为我证悟涅槃的助缘。

Idaṃ me (no) bhāvanāṃ nibbānassa paccayo hotu.

愿禅修的功德成为我证悟涅槃的助缘。

Idaṃ me (no) dhamma-desanaṃ nibbānassa paccayo hotu.

愿闻法的功德成为我证悟涅槃的助缘。

Sādhu! Sādhu! Sādhu!  
善哉! 善哉! 善哉!



# PUÑÑĀNUMODANĀ & ACCAYA VIVARAṆA



分享功德及  
请求原谅

**Laity:** Okāsa, vandāmi, Bhante. (*prostrate once*)  
**在家人:** 尊者，请让我顶礼。（顶礼一拜）

**Monk:** Sukhi hontu, Nibbāna paccayo hontu.  
**出家人:** 祝你们快乐，证悟涅槃。

**Laity:** Mayā kataṃ puññaṃ sāminā anumoditabbam.  
**在家人:** 您（尊者）应当随喜我所作的功德。

**Monk:** Sādhu! Sādhu! Anumodāmi.  
**出家人:** 善哉，善哉，我随喜。

**Laity:** Sāminā kataṃ puññaṃ mayhaṃ databbam.  
**在家人:** 应当给我（随喜）您所作的功德。

**Monk:** Sādhu! Anumo-ditabbam.  
**出家人:** 善哉，你应当随喜。

**Laity:** Sādhu! Sādhu! Anumodāmi. Okāsa, dvārattayena  
katam sabbam accayam khamatha me Bhante.

**在家人:** 善哉! 善哉! 我随喜。尊者, 请原谅  
我由(身、口、意)三门所犯的一切过失!

**Monk:** Khamāmi khamitabbam.

**出家人:** 我原谅你, 你也应当原谅我。

**Laity:** Okāsa, khamāmi, Bhante. (*prostrate trice*)

**在家人:** 善哉! 尊者, 我原谅您。(顶礼三拜)

**Monk:** Sukhi hontu, Nibbāna paccayo hontu.

**出家人:** 祝你们快乐, 证悟涅槃。





Buddha sāsanaṃ ciraṃ tiṭṭhatu.  
愿佛陀的教示久住于世。

Dhamme hontu sagāraṃ. Sabbe pi sattā kālena.  
愿一切有情众生常时尊敬佛法。

---

非卖品 2007年卫塞节初稿 Email: [dhammajata@gmail.com](mailto:dhammajata@gmail.com)