

# 八关斋戒开示

圣一老法师讲

(一九九零年一月八日)

光阴迅速，人命无常，万物皆变异，佛教认为万物都是无常，于是有无我观，佛经里句句皆说无我，如心经「照见五蕴皆空，度一切苦厄」，一般人以五蕴为我，五蕴都空，那里有个我呢？无我便无苦，有十分我便有十分苦，有一分我就有一分苦。如打碎茶杯，你有一分的执著便会难过，就有一分的苦，若有十分的执著，便如割肉似的；莲池大师未出家时除夕打碎祖传的白玉杯，就十分难过，他的妻子安慰曰：「一切无常。」他使觉悟过来，出了家，所以这个苦并非本来有的，而是本空，因执而成。

又如晚上走路，见地上有绳，便惊恐起来，皆因你当它是条蛇，后来看清楚是条绳便不复恐怖，我们的错觉多得很，人家讲话，你的耳朵便竖起来听，但听一句忘了后句，以为人家讲你便生烦恼，佛教叫人不要偷，偷听别人讲话是犯戒的，而且听头不听尾，每每生出无限烦恼。

修行第一讲受戒，受戒之前是皈依三宝，原来三宝也是戒？皈依佛戒，皈依法戒，皈依僧戒，故三皈依又称三皈戒。

皈依佛戒不要迷，皈依法戒不要走邪路，皈依僧戒不要染污，所以称为三皈依戒，三皈依便是戒的体，从体起用便应受戒，欲想得人身要受五戒：杀、盗、淫、妄、酒五条戒；欲想生天要修十善：从皈依之体起十善之用，这便生天了。若你没有三皈依戒，地狱、饿鬼、畜生便有你份儿，三皈依能度你出三途苦嘛；但是有些人怕入地狱却不肯皈依三宝，分明说道：皈依佛不堕地狱、皈依法不堕饿鬼、皈依僧不堕傍生，所以三皈依是戒体，从体起用受种种戒。

在家居士没有机会出家，我佛如来有方便之门，可以出一日一夜的家，不用剃头发，受八关斋戒，便是「从今朝至明朝，如诸佛不杀生，某甲一日一夜亦如是不杀生」，诸佛是尽寿不杀生，我们不能尽寿的，世间中的事情还未曾放得下，不过一日一夜放下来可以不杀生。

如诸佛一日一夜不杀生便出了不杀生的家，若你不出家一定会杀生的，过去涅槃会上有个在家人不知杀了多少生，每日杀无数只羊，后来皈依舍利弗，便放下屠刀，立地成佛，出家便是出这杀生的家。

又「如诸佛不偷盗，某甲一日一夜不偷盗」。别人给你的不名为偷，不与而取方名偷，世界很多东西是不与而偷来的，如偷听、偷看、偷名偷利乃至偷心不死，不出三界。过去有位比丘在运花池边打坐习定，眼不见耳不闻，怎料一阵清风吹来莲花香飘进鼻孔，鼻嗅香而心亦嗅，觉得莲花真香，花神立即出现而呵斥曰：「比丘，为何偷我的莲花香？汝是习定之人怎可以偷香呢？」这比丘无言以对，自知不对，梵语三昧是正定，偷香便失定；没多久，有个农夫来到，采了莲藕，摘了莲花，取了莲子，莲池给弄坏了，比丘待农夫走后便问花神：「刚才我是嗅了你的莲花香给你骂了一顿，现在农夫把你的莲花统统摘去，莲藕根也给拔掉，为何汝不骂他呢？」花神答道：「比丘，你穿的是清洁白衣裳，有一点染污便不好看了，所以要骂，那个在家人粪秽盖头，骂他作么？」比丘听了花神的教训以后都紧记清净不再偷。

出家人出什么家呢？世上的偷与我们无关，便是出了偷的家。

第三条讲清净，人人都爱清净，身要清净，心要清净，身体不清净心中一定不能清净，我们的胜义根是清净的，何不用这胜义根回光返照呢？何必用这浮尘根来贪著六尘之触害至身心皆不清净，出家便是出这不清净污染之家。

第四条是要语戒，什么是妄语呢？所谓自己骗自己，自相矛盾，心中见，口却说不见，口不对心，口中虽说不见，心中却知道自己见，这便自己欺骗自己，打妄语的人先行欺骗了良心，然后再蒙著良心欺骗别人，如人用手来遮天，大叫「啊我看不到天了！」一只手又怎能遮天呢，旁观者还看见天，只不过你用手来遮你的眼罢了，所以打妄语的人口不对心，心口不能相应，问君何日悟道呢？悟道是心与口相应，打妄语的人身口意三不相应，必定有一个假的，用此假妄来修行，又怎能悟道呢？一真一切真，一

妄便一切妄，纵使修种种苦行，这妄因将来必定结妄果。出家便是出妄语之家，如来是页语者、如语者、不诳语者、不异语者，这便是真真出家，比丘尽形寿，菩萨则尽寿，诸佛如来尽命寿，你不能尽寿，可一日一夜如诸佛不妄语，出一日一夜的家。

第五条不饮酒，酒能迷失自己的本性，所以叫无明酒，饮酒增加无明，若这人脾气不好，给他饮酒，便会毒上加毒，可能使他杀人，他的无明已经重，再加上酒，便如火上加油，所以菩萨不能酗酒，比丘戒不能饮酒，八关斋戒则一日一夜不饮酒，将来渐渐积功累德，由一年乃至尽寿不饮酒，如诸佛清净不饮酒，这便出无明酒的家。

第六条不戴香花蔓，不以香油涂身，其实我们的身体九孔常流不净，那里有香呢？本来是臭的，故称臭皮囊，我们不应起我执我见，本来此身体九孔常流不净，却要涂上香水去掩饰它，这是虚伪的，涂的不过在外边，里面的屎尿又怎样涂抹呢？你看有钱人口口皆是香羔，吃的时候又香又油腻，但排泄出来都是臭的，在印度的人用香油，在香港的人用香水，用香水涂身就嗅到香气，不但自己嗅到香气，也令别人嗅到香气，香是助结使生起的缘，本来贪嗔痴慢结使在卧眠中，一嗅香结使便起来，烦恼亦随生，无定力的人便随烦恼破戒作业，出家就是出这个香油涂身的家。

第七条是不跳舞，不唱歌及不往观听，我们住的地方是火宅，妙法莲华经说：大富长者入火宅度众生。火宅里有很多火，所谓三苦、八苦、无量诸苦来逼迫众生，你竟然快乐地在火宅中跳舞，我们在三界牢狱里受苦，好比监狱里的犯人，那个会跳舞作乐，三界火宅内，苦不可言，那里还有闲情去跳舞唱歌呢？有些愚痴的人在跳舞唱歌，但有的更愚痴，自己不跳不唱却看别人跳舞唱歌，彼此相牵入火坑，所以如来清净不唱歌不跳舞，一日一夜如是出这歌舞之家。

第八条不坐高广大床，释迦牟尼佛在金刚座上以草为座，只可结跏趺坐，不可以睡觉，后来历代祖师以绳床来打坐，四只脚上架绳，如是初夜、中夜、后夜，勇猛精进，但念无常，是不坐高广大床。什么是高高广大床，这床不但一人可睡，多人亦能，便是广，这床过份高，令自己贡高我慢，我们学佛出家，一日一夜不坐卧高广大床，便是出这贡高之家。

还有第九条所谓斋戒，八条戒一条斋，斋属体，体即中道，佛法事事中道，行住坐卧不离中道，食饭也不离中道，什么是中道？无过限，无不及，便是中道，世人就是过份。早餐、午餐、晚餐，广东人更甚，晚上还吃宵夜，这就过份了，印度的外道苦行不食自饥，就是不及，所以无过限无不及名之谓中，食饭合符中道，过中不食与佛看齐，事事与佛看齐便是中道的斋体。

佛在世的时候根本没有时钟，插一枝竹在地，日影不斜便称中午，所以称过中不食，又名过午不食，午时不过名之为中。

过午不食，心里很恬静，减少妄想、减少欲念、减少昏沈、增加辩才、很容易入定，原来过中不食之戒有如是美好功德，合符中道，与佛相齐故名斋。

在家弟子未有机会出家，不防受八关斋戒，出一日一夜的家，受八关斋戒讲明是一日一夜的，从今朝至明朝，天亮时，戒的势力便尽，每一条戒有五位护戒神来管理，戒尽以后，他们便离开，若想延续，也要每日每日受，方不与出家戒相杂乱。

各位，时间无多，总而言之，佛法出家在家平等，眼所见，耳所闻，无非助道之缘，既然如此，大家不要空过光阴，不要空过自己的精神，努力用功啊！

**愿以此功德  
普及于一切  
我等与众生  
皆共成佛道**

大乘佛历三仟零壹拾捌年(西历一九九一)年岁次辛未十一月十七日  
记录者：释衍轮法师

\*\*\*\*\*

【录自：香港大学佛学会】