

## 為什麼要受戒？

皈依三寶是學佛的入門，受持戒律是信仰的實踐。佛教徒皈依三寶以後，應該進一步發心受戒。因為戒是一切善法的根本，也是世間一切道德行為的總歸。受戒好比學生遵守校規，人民恪守法律一般，不同的是，校規、法律是來自外在的約束，屬於他律；而佛教的戒律，是發自內心的自我要求，屬於自律。即使平坦如高速公路，如果不遵守交通規則，隨時有發生車禍的危險；同樣的，在人生旅途上，如果不持戒，也隨時會有犯過招禍的可能。所以，學佛的人必須要受戒。

戒，分為出家戒、在家戒。又可分為大乘戒、小乘戒。屬於在家信眾受持的戒有：五戒、八關齋戒、菩薩戒，以下略述八關齋戒。

## 八關齋戒

八關齋戒是佛陀為了使在家信眾有機會學習出家生活，藉以長養出世善根，種植出世正因，而特別開設的方便法門。所以，八關齋戒其實就是讓在家信徒學習出家生活的戒律。

### 一、何謂八關齋戒

「八」，是指所受持的八種戒；「關」，即關閉八惡，令三業不起諸過；「齋」，是齊斷諸惡，具修眾善的意思。另外，過午不食，也稱為齋。「戒」，有防非止惡的作用。合起來說，就是受持八種齋戒，可以關閉八惡，不起諸過；可以齊斷諸惡，具修眾善，防止身口意三業的惡行，並由此關口通向出家之道，關閉生死流轉之門。因此，八關齋戒是趣向善道的妙門，是契入佛道的捷徑。

受持八關齋戒，可使在家信徒熏習長養出世善根，因此又稱為「長養律儀」；受持八關齋戒必須一日一夜遠離家居，親近三寶而住，因此又稱為「近住律儀」。

### 二、八關齋戒的內容

根據《薩婆多論》的說法，八關齋戒為如下八種戒律。真實說來，應該稱為八戒一齋，八戒是：1.不殺生，2.不偷盜，3.不淫泆，4.不妄語，5.不飲酒，6.不著華鬘香油塗身，7.不歌舞觀聽，8.不坐臥高廣大床；一齋是：不非時食。

八關齋戒的前面五支，實際上就是「五戒」，只是將五戒中的不邪淫改為不淫戒。因為受持八關齋戒時，不但禁止邪淫，即使合法夫妻間的關係也不可，所以受持八關齋戒的在家信眾便稱為「淨行優婆塞、優婆夷」。

### 五戒的內容

1.不殺生：就是不侵犯他人的生命。大至殺人，小至殺死蟑螂、老鼠、蚊蟻等，都是殺生。不過，佛教是以人為本的宗教，所以不殺生，主要是指不殺人。殺人是犯波羅夷(極重罪)，是

戒律中的根本大戒，是不通懺悔的。如果殺死蟑螂、蚊蟻等，是犯突吉羅(輕垢罪)，屬於惡作，雖然一樣有罪，但跟殺人不一樣。

此外，浪費時間，破壞物質，也是殺生，因為生命是時間的累積，所以浪費時間如同殺生；相同的，隨便浪費物品也是殺生，因為物品是大眾的資源，是大眾集聚因緣而成的。

戒殺生，主要是培養我們的慈悲心，《涅槃經》說：「食肉者，斷大慈種，行住坐臥，一切眾生聞其肉氣悉生恐怖。」所以佛教徒吃素，主要是不忍心殺害雞、鴨、豬、羊等動物的生命，是為了長養慈悲心。有人認為植物也有生命，但佛教認為動物有心識的反應，而植物只有物理的反應，因此吃素不算殺生。

2.不偷盜：就是不侵犯別人的財富。簡單的說，不是自己的東西，未經許可便佔為己有，就是偷盜；光天化日之下，強取他人的財物，更是盜竊。根據戒律，盜取價值五錢(古印度摩揭陀國錢幣單位)以上的東西，這樣的偷盜行為，就犯了根本大戒。平時順手取用公家的信紙、信封、原子筆等，乃至借用東西未還，叫做不清淨的行為，雖然不是犯了根本戒，但還是要負因果責任的。在戒律中，最難受持的戒律，就是盜戒，因為凡將無主以外的東西，私自據為己有，就犯了盜戒。

3.不邪淫：所謂邪淫，是指合法的夫妻關係以外的男女愛欲行為。例如強姦、嫖妓、重婚、誘拐、販賣人口、妨礙家庭、強迫別人從事賣淫等有傷社會風化的行為，都犯了邪淫戒。至於心中戀慕某人，但未付諸行動，雖然沒有觸犯根本戒，但是心中不清淨，煩惱妄想擾動，日子也不好過，而持戒的目的，主要是使身心清淨。

邪淫，是社會混亂的導火線。例如亂倫、雞姦問題，是文明社會的一大恥辱。他如同性戀衍生的愛滋病，更引起了廿世紀的大恐慌。如果人人都能持不邪淫戒，便不會發生這些問題；夫妻堅持不邪淫戒，則家庭是個和樂的家庭，社會是個守禮的社會。

4.不妄語：妄語，就是說虛妄不實的話，包括挑撥離間的兩舌、惡毒傷人的惡口、欺瞞不實的妄言、阿諛奉承的綺語。妄語依其性質又可分為：大妄語、小妄語、方便妄語三種。

(1)大妄語：指沒有證果的人，說證果了，沒有得到神通，說得神通了。此種未證謂證、未得謂得，是屬於大妄語的行為。另外說四眾的過失，尤其說出家二眾的過失，也犯了嚴重的根本大戒。

(2)小妄語：見言不見，不見言見；是說非，非說是；乃至知而不言，不知而言，這些都屬於妄語。

(3)方便妄語：就是俗稱的善意的欺騙。譬如醫生為顧及絕症病人的情緒，因此隱瞞實際病情，這種為別人利益著想而說的妄語，就是方便妄語。

5.不飲酒：雖然明指為酒，但是凡能刺激神經，使人喪失理智、敗壞德行的東西，諸如大麻、鴉片、安非他命、速賜康、強力膠、瑪啡、紅中白板等，都是不飲酒戒所要戒除的。

五戒中的前四戒，所禁戒的行為本質就是罪惡，因此稱為性戒；不飲酒戒是佛教五戒的特色，酒的本質雖非罪惡，但是飲酒容易引起世人誹謗，或誘發其他的性罪，因此稱為遮戒。

《大毘婆娑論》卷百二十三說：印度有位優婆塞，由於飲酒，於是盜取鄰居的雞，犯了偷盜戒；烹殺做為下酒菜，犯了殺生戒；鄰婦問起，他妄言說沒看見雞，犯了妄語戒；此時又見鄰婦貌美，非禮她，犯了邪淫戒。喝酒使人無慚無愧、喪失理智，由於喝酒而造下殺、盜、淫、妄等四重罪，所以應該戒除喝酒。

佛教是重視般若智慧的宗教，唯有戒酒，才能使神智清楚，理路清晰，智慧明朗。

「五戒」已如前述，今僅就六、七、八支略作說明如下：

第六支，不著華鬘香油塗身，第七支，不歌舞觀聽：不著、不塗是為遠離香、觸二塵；不歌舞觀聽是為杜絕色、聲二塵，以防止三業過患。因為芳香的氣息可以迷人心目，歌舞色聲可以喪人心志，都不適宜修行人。因此衣著應當力求樸素，不穿鮮艷華麗的衣服，不塗抹香水、胭脂，如此則有助於攝心正念，遠離貪染，自然能邁向清淨之道，而具足正報身心，以及依報國土的威儀莊嚴。

第八支，不坐臥高廣大床：不坐，意指身離觸塵。高廣大床，在《阿含經》說：「足長尺六非高，闊四尺非廣，長八尺非大，越此量者，方名高廣大床。」蕩益智旭大師重輯的《十戒威儀錄要》說：「床足但高一尺六寸，坐時腳不掛空，過此量者，即名為高；但可容身轉側，過此即名為廣。既高且廣，即名為大。」

其實，佛制此戒的用意，主要在告訴我們對物質生活要能淡泊，要能夠身體精進修行不放逸，才能與聖道相應。所以修道者在物質上應該力求簡單，不貪著物欲享受，轉而勇猛精進，這是我們對佛制此戒應有的認識。

又一齋的不非時食，即過午不食，也就是過了中午十二時，乃至一時以後就不再進食。這是佛道修行者節制食欲的戒法。《沙彌律儀毗尼日用合參》卷上引《毘羅三昧經》說：「佛為惠法菩薩云：『食有四種：早，天食時；午，法食時；暮，畜生食時；夜，鬼神食時。』佛斷六趣因，令同三世佛故，日午時，是法食時也，過此以後，同於下趣，非上食時，故曰非時。」

關於不非時食戒的制定，據《四分律》卷十四、《五分律》卷八等所載，迦留陀夷比丘於傍晚時分入羅閱城乞食，由於光線不明，一孕婦疑為鬼魅，驚嚇墮娠，以是因緣，佛陀乃制定此戒。

五戒以外，再加三戒一齋，成為八戒一齋，看似事小，實則五欲皆備。因五欲引起的後患，其始雖微，而其影響也鉅。所謂星星之火，可以燎原；涓涓不塞，將成江河。瞋恚之火，貪愛之水，也是如此。所以受持八關齋戒，對此三戒一齋不可不謹慎受持。

### 三、如何求受八關齋戒

八關齋戒是一日戒，受持的時間是一日一夜，一般都在每月六齋日受持，即農曆每月初八、十四、十五、廿三、廿九、三十日(如逢小月，可改為廿八、廿九日)。這是根據《優婆夷墮舍迦經》說：佛陀為顧慮在家信眾為經營家計，不能日日受持八戒，因此有每月六齋日受持八齋戒的制定。

此外，《四天王經》說：每月六齋日，四天王會派遣使者、太子，甚至親自下人間來巡察，如果發現布施、持戒、孝順父母的人少，諸天則心生不悅；如果布施、持戒、孝順父母的人多，諸天就心生歡喜。因此，佛陀教誡弟子們應於六齋日持齋守戒。

其實，八關齋戒並非一定要在六齋日才受持，譬如諸佛菩薩聖誕、父母師長的誕辰、自己的生日等，都可以受持八關齋戒。目前一般寺院為了適應工商社會人士的需要，大部份訂在星期日舉行，求受者只要事前報名，屆時前往寺院，經過報到、安單、說明等程序之後，便可開始一日一夜的齋戒生活。

受持八關齋戒的儀式，據讀體大師撰《授八戒正範》，共分八節：

- 1.敷座請師
- 2.開導戒法
- 3.請聖證盟
- 4.懺悔業障
- 5.三歸納體
- 6.秉宣戒相
- 7.教發大願
- 8.護念咐囑

由上述儀式可知，求受八關齋戒「要有證盟」，也就是要請法師證授。但是，在《成實論》說：若無戒師時，自於佛前心念口說，「我某甲，今日受持八關齋戒」，也是可以。

八關齋戒雖然是佛制的暫時出家法，但受持者不披福田衣，只搭縵衣誦經禮佛。因為在家二眾，佛令其隨力供養三寶，自己不應受他人四事供養，既然不是眾生的福田，因此不能著福田衣。

如果有人受持八戒的一日夜當中，半途想要捨戒，依《薩婆多毘尼毘婆沙》卷一說：若受齋已，欲捨齋者，不必從五眾(戒師)而捨齋也，若欲食時，趣語一人，齋即捨。

八關齋戒受持時日究竟要多長，眾說紛紜，莫衷一是。甚至有人不能具受八戒，或者只求受晝日齋法，或只求受夜齋法；甚或希望連受二日、三日，乃至十日，是否得受？據《薩婆多毘尼毘婆沙》卷一說：佛制八關齋戒屬一日一夜戒，因此不可晝夜分開求受，也不得過限。如果自己斟酌情況許可，應該於一日一夜後，再次繼續求受八關齋戒。如此隨自力的多少，

就不計較天數了。

其實，八關齋戒、五戒都是在家信眾所受持的戒，而八關齋戒的受持為一日一夜，時間短而戒多，五戒乃終身受持，時間長而戒少，二者之間，功德孰勝孰劣？據《大智度論》說：

「如果無大心，雖復終身持，不如有大心一日戒也。譬如懦夫為將，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。」由此可知，一日一夜的八關齋戒實有其殊勝處，應發大心受持，才不辜負佛陀的方便教化，而不是在受持的時日長短上計較。

#### 四、受持八關齋戒的功德

受持八關齋戒可得無邊的殊勝功德，根據諸經記載，可歸納如下七項：

1. 罪障消除：《優婆塞戒經·八戒齋品》說：「善男子！若能如是清淨皈依受八戒者，除五逆罪，乃至餘一切罪皆悉消滅。」
  2. 遠離惡趣：《十善戒經》說：「持此(八戒)受齋功德，不墮地獄，不墮餓鬼，不墮畜生，不墮阿修羅，常生人中，正見出家，得涅槃道；若生天上，恒生梵天，值佛出世，請轉法輪。」故此八戒，又稱八種勝法。
  3. 福報優厚：《優婆夷墮舍迦經》說：「六日齋者，譬如海水不可斛量，其有齋戒一日一夜者，其福不可計。」
  4. 來世尊貴：《普達王經》說：「欲知王(普達)者，本是先王時執蓋小兒，隨先王齋戒一日，奉行正法，清淨守意，不犯諸惡，其後過世，魂神還生為王作子。今致尊貴，皆由宿行齋戒所致。」
  5. 得相好身：經上說：「有一天女，光顏威相，與眾超異，諸天見已，生希有心。釋提桓因問之：『昔作何業，獲得此報？』天女答言：『昔於迦葉佛受持八戒齋，今得生天，獲端正報。』」
  6. 得無上樂：《優婆塞戒經》說：「凡是齋日，悉斷諸惡罰戮之事。若能如是清淨受持八戒齋者，是人得無量果報，至無上樂。」
  7. 所求如願：《增一阿含經·高幢品》說：「若有善男子、善女人成八關齋者，欲求生四天王上，亦獲此願，持戒之人，所願者得。(乃至)欲求作聲聞、緣覺、佛乘者，悉成其願。」
- 受持八關齋戒雖僅一日一夜，如能受持清淨，所得功德無量無邊，尤其能令在家信眾播下出世的正因，將來獲致解脫，免於生死輪迴。因此，人人皆應發心求受，以期早日進趣菩薩道。