

蓮覺叢書 ⑪

五戒的現代意義(下冊)

作 者： 無奈

編 輯： 《蓮覺叢書》編輯組

出 版： 香港東蓮覺苑

香港跑馬地山光道 15 號

電話：(852) 2572-2437

傳真：(852) 2572-4720

加拿大東蓮覺苑

2495 VICTORIA DRIVE

VANCOUVER B. C. CANADA

Tel: (604) 255-6337

Fax: (604) 255-0836

網 頁： www.buddhistdoor.com

電 郵： (香港) tlky@netvigator.com

(Vancouver) tlky@axionet.com

承 印： 玲瓏出版印刷公司

電話：(852) 2889-6110

傳真：(852) 2889-6770

2004 年 7 月初版

定價港幣五十元正

版權所有 請勿翻印

蓮覺叢書

由港紳何東爵士夫人張蓮覺居士創辦之佛教東蓮覺苑於一九三五年成立，旨在推行佛化教育，栽培道俗人材。更配合時代步伐，辦「人海燈」佛教雜誌，使海內外人士，同沾法益，其中有不少劃時代作品。現該苑全人，為發揚張居士人間佛教之目標，乃出版「蓮覺叢書」，由資深之中外佛學大德撰寫文獻，編輯成書，使大眾對人生真諦有所反省。

本叢書系列如下：

- | | |
|---------------------------|----------------|
| 1. 佛教與人生 | 賢德法師著 |
| 2. 誠心禱告 | 江妙吉祥居士講 |
| 3. 解開心中結 | 江妙吉祥居士著 |
| 4. 淨土在哪裡 | 黃家樹居士著 |
| 5. Bodhidharma's Teaching | Dharma Masters |
| 6. 佛教的宇宙人生觀 | 賢德法師著 |
| 7. 因明學八義概要 | 賢德法師著 |
| 8. 日常生活與修行 | 江妙吉祥居士著 |
| 9. 五戒的現代意義（上冊） | 淨因法師著 |
| 10. 五戒的現代意義（中冊） | 無奈著 |
| 11. 五戒的現代意義（下冊） | 無奈著 |
| 12. 人生的歷程 | 江妙吉祥居士著 |
| 13. 人間佛教的省思 | 黃家樹居士著 |



作者簡介

無奈 出生於中國大陸，於揚州大明寺出家，八二年在南京棲霞寺

受具足戒，先後在中國佛學院南京栖霞山分院及北京中國佛學院接受佛法教育。八六年得國家當局之賞識，派往斯里蘭卡聖法寺佛學院、智嚴佛學院及克拉尼亞大學巴利語佛學研究生院進修，奠定優良之佛學基礎。為對佛教史、佛教哲理及佛化人生有更全面性的深入研究，作者於一九九五年前往英國倫敦大學亞非學院修讀宗教研究系博士課程，至二〇〇〇年時，已先後榮獲文學碩士、哲學碩士及佛學博士學位。現任中國佛教協會理事，英國佛教教育基金會董事及國內寺院監院等公職。現於香港大學佛學研究中心任代總監，負責籌辦港大新開辦之佛學碩士及



博士課程。作者著作甚多，以不同筆名在佛教刊物及叢書中發表精闢獨特見解，並在世界各地作公開佛學講座。



前言

在高速公路上開車時，我們只有遵守一定的交通規則，纔不會發生交通事故，警察也不會找我們的麻煩；我們來到這個世界上，也必須遵守一定的生活規則，纔能平安、健康、幸福地度過一生。這個生活規則是什麼呢？早在二千五百年前，佛陀便為我們提供了這種規則。最基本的有五條，一般稱為五戒：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語與不飲酒。

一般人總以為守持五戒是佛教徒的事件，身為一名愚夫俗子，何必守這些清規戒律，自找束縛！其實，凡是身陷牢獄失去自由的人，探究其原因，大多是因為犯了五戒。譬如：殺人、傷害、毀容，是犯了殺生



戒；貪污、侵佔、竊盜、勒索、搶劫、綁票，是犯了偷盜戒；強姦、嫖妓、重婚、包二奶，是犯了邪淫戒；毀謗、偽證、背信，是犯了妄語戒；吸毒、飲酒、吸煙，屬犯了飲酒戒。由於犯了五戒，於是身陷囹圄，失去自由。所以守戒就是守法，能夠真正了知五戒內涵而守持五戒的人，纔能享有真正的自由。因此，戒的真義是自律，是自由的基石，而非束縛。

更重要的是，不管你信仰何種宗教，也不管你有無宗教信仰，五戒都是人類共同遵循的道德規範。在佛教中，戒分爲性戒和遮戒兩種。五戒中的前四戒（又稱四根本戒）稱爲『性戒』，所遮止的行爲本身就是罪惡，無論你是否受過戒，違犯了都是罪過，都會受因果業報。從宗教的角度說，不管你是不是佛教徒；從時間上說，不分過去、現在和未來；從空間上說，不分中國、印度或美國，前四戒都爲保持社會安定的



根本道德準則。違犯了四戒中的任何一戒，不但為佛法所不容許，國法也是要制裁的。譬如對佛教徒來說，殺人有違佛教戒律，但你若不是佛教徒，殺人也是犯罪，有違國法。古代殺人者償命；現代殺人者也得坐牢，甚至被判死刑。在美國，你若殺了人，會受到警察的逮捕；在中國，你若殺了人，同樣會受到警方的通緝！正因為如此，四根本戒（不殺、不盜、不邪淫和不妄語）幾乎成了所有宗教共同持守的行為準則。在基督教摩西十誡中，最基本的四誡為：不可殺人、不可姦淫、不可偷盜和不可作假見證。古印度的《摩奴法典》裡也規定：不殺生、不妄語、不偷盜、不非梵行、不淫和不貪瞋。古印度的另一部法典《包達夜那》，把不殺生、不妄語、不偷盜、忍耐和不貪定為五種基本行為規範。耆那教則以不殺生、不盜、不妄語、不淫和離欲為五戒。《古蘭經》規定：殺人者要抵命；對姦亂的男女和誣衊貞節的婦女姦亂者，處以鞭



刑；對男女竊犯要斷其手，以儆儆尤。瑜伽派也有不殺生、不妄語、不偷盜、不邪淫和不貪五戒。早在後漢時期，主張儒、道、佛三教一致的牟子《理惑論》說，『五戒』與『五常』，其精神完全一致；將『五常』的精神，表現為具體的戒條時，就變為『五戒』：不殺即仁、不盜即義、不淫即禮、不妄語即信、不飲酒即智。

由此觀之，五戒中之前四根本戒不僅是佛教中諸戒之母，也是其它各大宗教設定的基本要求；不僅是宗教徒最基本、最重要的道德規範，也是非宗教徒做人的行為準則。換言之，四根本戒是整個人類社會共同的道德準繩。所以說任何一個現代文明社會的公民，不管你是否宗教徒，都應該持守四根本戒。五戒中的第五戒——不飲酒戒為『遮戒』，其意為：飲酒這一行為本身，不一定是罪惡，也不違國法，可是若因飲酒而失去理智，成為作惡的助緣，其後果也是很可怕的，所以佛教中也



加以禁止。佛教特別強調不飲酒戒，是與佛教強調智慧有關，因而成為佛教的一大特色。

綜上所述，不管你有無宗教信仰，五戒都是與人類遵循的共同道德規範相一致的。即使你不受五戒，並不代表做錯事就不犯法，不受戒而犯戒，仍難逃因果業報。

也許有人會問，五戒雖好，但畢竟是佛陀兩千五百年前依據印度的風土人情制訂出來的，並不能完全適用於當今社會的實際需要。這正是本書所要解決的問題——五戒的現代意義。南傳佛教國家和中國佛教的絕大部分人認為戒律為佛親自制訂，每一條都很神聖，不可更改；我們當今之人更沒有這個智慧，更無資格去修改小隨小戒。這部分人無視時代的變化、地域條件的不同以及文化背景的差異，把佛制訂的戒條當作僵化的教條，違背了佛陀「諸法無常」的教誨，其必然結果是打著嚴持



戒律的旗幟，反而削弱了戒律的尊嚴以及戒律對人們的制約作用，使戒律不具有實際操作性與制約性。本書結合當今人的現實生活，探討五戒在當今社會的時空適應性，並進一步探討今人守五戒之必要性、可行性及其現實意義，從而使人們認識到五戒是快樂生活的基石，通往開悟、解脫、幸福的大門。守持五戒具有護持生命的功能，更能體現生命的價值，使生活更美好。

無奈

二〇〇四年元旦於香港



目錄

作者簡介

前言

尊重真理，誠信不妄語

一 制戒因緣

二 犯妄語戒之種類

三 犯妄語戒之方法

四 妄語之根源

五 方便妄語與本戒之時空適應性

六 本戒的社會意義

七 如何持不妄語戒

v

vii

1

3

5

54

56

57

68

70



調善不飲酒，智慧常增長

一 制戒因緣

二 定義

三 犯戒因緣

四 本戒之時空適應性

五 本戒的社會意義

六 如何持酒戒

五戒之間的相互關係

總結

103

106

110

114

115

151

153

183

186

尊重真理

誠信不妄語



尊重真理，誠信不妄語

妄語，是虛妄不實的言語。在古代，妄語的散播僅在有限的範圍之中，受騙的人，不致太多，今日的人類，有報紙、電話、電報、電腦網絡等作為散播妄語的工具，只要運用得巧妙，妄語的力量，無遠弗屆，說一句謊，可以欺騙全世界的人。爲了達到自私自利的目的，小到個人之間，大到國際之間，互相說謊、彼此欺騙的現象十分普遍。滿口謊言會使人與人之間互不相任；惡口傷人會增加社會衝突，致使社會一盤散沙。所有這一切都會給社會帶來不安定的因素。反之，如果人人講真話，不講謊話，人與人之間就會相互信任；如果人人使用善言，人們就能和睦相處。那麼，與人爭吵、誤解的機會就會減少，去法庭打官司也就減少了，社會自然變得井然有序。因此不妄語戒對改善人際關係、保持祥和的社會起著很大的作用。



（一）制戒因緣

佛陀成道後第六年，有五百位比丘跟隨著佛陀在毘舍離結夏安居。此時剛好發生大饑荒，白骨遍地，餓死無數。在此安居的比丘生活也極端困難，難以生存下去。佛陀因此召集比丘們說：「乞食這麼困難，我們不可能聚集在一處結夏安居了，大家分散到各地安居，讓居士的負擔減少，各位也不致受饑。」

比丘們依教奉行，到各個鄉鎮結夏安居，三個月以後又回到毘舍離一起自恣。大多數比丘都因缺少食品而餓得面黃肌瘦，形體枯瘦，衣衫襤褸，而有少數比丘容光煥發，腰肥體胖，衣著光鮮亮麗。佛陀一一詢問弟子：「你們安居、托鉢的情況如何？」面黃肌瘦的比丘說：「是去托鉢了啊！但正值饑荒，居士自己都沒得吃了，怎麼可能有多餘的食物分給我們呢？」



容光潤澤的比丘得意地說，「我們剛開始也化不到食物，後來爲了獲得信眾供養食品，以渡過難關，於是想出一好辦法，即在信徒面前相互讚嘆上人法：某比丘已證初果、二果、三果；某比丘已得初禪、二禪乃至得六神通。」信徒得知後，心裡想：「好不容易有證聖果的比丘到我們村裡來，若供養他們，一定能得無量的福德！」於是便把僅有的食物拿出來，不但供養父母、親朋好友，連自己也捨不得吃，而是拿來供養自稱證果的比丘們。日復一日，他們因得到充足的食物而自然容光潤澤、氣力充足。其實他們都是凡夫僧。佛陀得知原因後，訶斥他們說：「愚癡比丘！你們竟然把佛法當作討生活、騙取衣食的工具！爲了口腹、利養而謊稱自己修行境界如何高妙，這是盜人飲食的賊！是世上最可惡、最可厭的賊！」於是佛陀就給比丘們訂了不妄語戒。——



（二）犯妄語戒之種類

「若破戒妄語，削髮非沙門。」

充滿欲與貪，云何為沙門？」^二

妄語依其輕重分為三大類：（一）大妄語；（二）小妄語；（三）心妄語。在三種妄語中，最嚴重的是大妄語。

一、大妄語

因打大妄語之內容不同，其罪之輕重又可分為三類：大妄語逆罪、大妄語重罪和大妄語輕罪。

1、破正法——大妄語逆罪



若打妄語的結果是直接破壞正法，其罪業自然是最重的，故稱為大妄語逆罪。這種形式的大妄語有三種。

第一種人出自佛教界內部。記得在釋迦牟尼佛入涅槃的時候，吩咐魔王說：「我入涅槃後，你要規規矩矩的。」魔王說：「你在世時我鬥不過你；你入涅槃後，尤其在末法時期，我就穿你的衣服，吃你的飯，往你那飯鍋裡頭屙屎，在你那裡邊來破壞你的法。」釋迦牟尼佛聽見這話，就憂愁落淚了，說：「我真是沒辦法你呀！你使這個方法是最毒的了。」《佛說法滅盡經》^三對令佛陀都無可奈何的人有生動的描述：末法時代，有人混入佛門，穿僧衣、吃佛門飯，但卻是身在佛門心在俗，對聽教參禪毫無興趣，終日忙碌於俗務，愛慕榮華富貴，熱衷於世間名利。而且這一類人自己對佛法一知半解，不僅不肯虛心向別人求教，反而妒賢忌能，排擠打擊。更可怕的是，爲了名聞利養，騙取大眾的信任，這一類人故作風雅、冒充大德，不懂裝懂，



開口亂道，「破正法道，示以非法道。」^四因這種形式的打大妄語直接破壞正法，所以罪業最重。故《雜阿含經》說：這種人形似比丘，實則是佛門中的第一大賊。^六

第一種人出自佛教界內部。記得在釋迦牟尼佛入涅槃的時候，吩咐魔王說：

第二種類型是誹謗三寶。^七因毀謗三寶、謗大乘法或謗菩薩法藏，「說佛法過，必壞他信，失壞菩薩興法利生，」^八是修學大乘法最大的障礙，^九破壞正法。這自然屬於大妄語逆罪。但令一般人費解的是，為什麼說四眾的過失，尤其說出家二眾的過失也被列入大妄語逆罪呢？^十其實，出家人若有過失，在適當的時間、場合指出來並無大礙，不但沒有罪，反而有功德；但若不分時間、場合和對象，見人便說出家人的過失，引起世俗之人，尤其是不信佛的人對僧團的誹謗，對出家人的輕慢，令人對三寶無法生起恭敬



心，進而堵塞了人們發心學佛向上之路，滅人慧命，瞎人正眼，極惡無比，罪過自然就大了。^{十一}《梵網經古跡記》甚至說，說出家人的過失之罪比出

佛身血的罪過還要嚴重，因為「出血不能障道，說僧過時，壞多人信，生彼煩惱，障聖道故。」^{十二}《薩婆多毘尼毘婆沙》亦云：「若向白衣說比丘

罪惡，則前人於佛法中無信敬心，寧破塔壞像，不向未受具戒人說比丘過惡。若說過罪則破法身故，除僧羯磨者，凡羯磨者二種。如律文說：若向未受具戒人，說比丘麤罪者，波羅夷僧殘；向未受具戒人，說二遍罪名，波逸提，說罪事突吉羅，若說下三遍罪名突吉羅，說罪事亦突吉羅；不問前比丘有罪無罪，向未受具戒人說其麤罪，盡波逸提，若說四眾罪突吉羅，若遣使書信印信亦突吉羅；若說出佛身血壞僧輪，對首偷蘭遮，若說四事邊十三事邊，一切偷蘭遮突吉羅，若說四眾麤罪突吉羅；若比丘見餘比丘犯波羅夷者，見比丘與女人說過人法，謂為波羅夷。」^{十三}



如果缺乏由見、由聞、由疑而來的確實罪證，人云亦云，或捕風捉影地說某某人犯戒者，他自己便首先犯了無根（見、聞、疑稱為證罪的三根）謗人罪。謗得愈重，自己得罪也愈重。若因說過而破羯磨僧，或轉法輪僧，更是大妄語逆罪。所以古德諄諄告誡我們，「寧可破塔壞像，終不向人道出家人之過惡，若說過惡，如壞佛法身。」爲了護持佛法，佛陀制訂了此戒。

以上兩種教內人打大妄語而破壞正法的典型事例，對佛教的打擊極大，所以古德們把他們稱為「獅子身中蟲，自食獅子肉」。^{十四}第三種類型則是教外的附佛外道們，顛倒教義、自造經論，法說非法，非法說法，以迷惑大眾，達到不可告人的目的。

2、說過人法——大妄語重罪

「比丘未得道，自說言得道，



天人中大賊，極惡破戒人，

是癡人身壞，當墮地獄中。」^{十五}

這首偈頌告訴我們，無論是比丘^{十六}、比丘尼^{十七}，還是在家人^{十八}，自己

根本沒有真的證得聲聞、菩薩果位，卻向別人說：「我今已得須陀洹果、斯陀含果、阿那含果，阿羅漢道、辟支佛乘、十地、地前諸位菩薩。」如此講說自己已達佛菩薩、聖賢的境界來騙取衣食，這便是大妄語，犯大妄語中重罪。^{十九}

同樣，幾個人在一起，故意互相標榜，甲說乙是聖人，乙也說甲是聖人，以期求得第三者的恭敬供養，而實則皆非聖人，也算犯大妄語重罪。

還有，只有斷了見思煩惱，沒有貪瞋癡等煩惱，才能獲得六通中的宿命通。若有煩惱，怎能知道自己的前世呢？所以那些煩惱重重的人，卻又自稱自己是某大活佛轉世而來的，或他的前世是某著名的禪師，都在打大妄語！



3、欺世盜名——大妄語輕罪

因利慾薰心、沽名釣譽而欺世盜名，屬於大妄語輕罪，主要如下幾種。初學佛之人，稍有進步，就覺得自己了不起。在虛榮心的驅使之下，見人就誇耀，「我持戒清淨，能習禪定，善通三藏；我念佛見到佛了，看到佛放光，我已得到一心不亂了。」如此炫耀，自我便開始膨脹起來，誇大自己的進步，胡作神秘地說，「我有神通了，可以聽到佛菩薩講話，可以看見佛菩薩現前。」

因為神通不是人人皆有，也不是可以輕易得到的，所以世人迷於神通，崇拜神通。那麼，有神通者，則大受供養。而無神通者，可能無人供養。所以一些趨勢游利之人，充分利用人性的這一弱點，自己修行時，尚未獲得超越世人的殊勝功德、信仰或神通力，爲了名利而招搖撞騙，言狂意妄，向世人說他已獲得殊勝功德和神通力；或妖言惑眾，妄言見鬼見神。他便犯了大



妄語中輕罪。若比丘爲了獲得更多的布施，也作類似的妄語，這同樣是犯了大妄語戒，他的比丘資格便會自動失去。

總而言之，世間人打大妄語的根源無非是爲了求名聞利養。無論是破正法之大妄語逆罪、說過人法之大妄語重罪，還是欺世盜名之大妄語輕罪，其罪業都是很重的，因爲這種類型的妄語對眾生的危害極大，主要有如下三方面：（一）導致眾生對佛法的功用產生錯誤的知見。俗話說，「師父引進門，修行在個人。」佛法的功用是用來解決人們心靈深處的煩惱，方法可以從師父那兒學來，但路必須靠自己一步一步地去走，毫無捷徑可走。但打大妄語之人，往往利用人們投機取巧、走捷徑的心態，自稱神靈附體，或有過人的神通本領，可代人去禍免災，讓人很快富有起來，或證得超常的本領，誤導人們的思維，擾亂人們的正常生活和社會秩序，禍國殃民！（二）凡打大妄語者，爲了達到自己的目的，不擇手段，妖言惑眾，竊用佛教的教



理教義，任意曲解，混淆世人對純正佛法的認知，造成世人對佛法的誤解而錯誤修行。尤如我們常說佛是無上醫王，經典、法門就如藥方，僧伽就如看病的醫生、護理人員。庸醫拿假執照不學無術，亂開藥方一定會出人命。同樣，講大妄語者，篡改佛法，顛倒教義、自造經論，法說非法，非法說法，惑亂真理，導致眾生對佛法產生不正確的知見，動搖、混淆佛法的根本。這不令人得不到解脫，嚴重者甚至斷了法身慧命，貽害不淺！

（三）凡打大妄語者，所言所為不實，一旦被揭穿，自己落得個身敗名裂的下場，這固然是罪有應得。更嚴重的是，被騙者醒悟後若回到正法上來，固然是一件值得慶幸之事，但大多數人也許會產生「一朝被蛇咬，十年怕草繩」的心態，從此遠離正法，甚至誹謗正法。如此斷人修法的信心，直接威脅正法之久住，禍患無窮！

既然打妄語有如此之危害，為什麼有那麼多人會上當受騙呢？最主要是



因為：（一）通過修行，確能獲得超常的功能。不法之徒爲了名利，無孔不入，裝神弄鬼，搖言惑眾，把自己的境界說得天花亂墜。商業社會中忙碌的人們普遍對佛學與神秘現象無知而又好奇，終因自己還沒有證得聖果，所以無法辨別。（二）人間到處充滿痛苦，那一個人不想解脫痛苦，到達佛菩薩的境界呢？成佛作主，自由自在，是人類共同的願望。一般人求道心切，一不小心，往往容易被狂妄之徒所利用。（三）人性的弱點是急功近利、唯利是圖。打大妄語者對此心知肚明，爲了謀取暴利，不擇手段，誘惑他們上當。所以大妄語至今仍有市場之關鍵，就是因爲它在某種程度上迎合了人們內心投機取巧、走捷徑的需求。

4、犯大妄語戒之條件

犯大妄語若具備如下九個條件，即成重罪不可悔（波羅夷罪）：



(一) 對境是人：說話的對象是人，則構成重罪不可悔的條件；向天人作大妄語，天人解者，中罪可悔，不解，下罪可悔；向非人、畜生等說大妄語，下罪可悔。

(二) 眾生想：認定對方是人。

(三) 境虛：所說的內容是虛假不實的。

(四) 自知境虛：說話人心裡也清楚知道他所講的內容是虛假不實的，則構成重罪不可悔的條件；若所講話的內容雖然虛假不真實，但因講話的人不是故意的，而是因無知而講不實之語，則構成犯中罪可悔的條件。

(五) 起誑心：蓄意要使對方受欺騙，則構成重罪不可悔的條件。

(六) 說過人法：說超過一般常人能力的法，如已修得身念處，得初、二、三、四等禪定，有神通，證初、二、三、四等聖果，則構成重罪不可悔的條件。



(七) 自言已證入：自己未證聖果聖法，而說已證聖果聖法，乃至實未得四禪定，而說已得，實未見天來、龍來、神來、鬼來，而說見到天來、龍來、神來、鬼來，則構成重罪不可悔的條件；欲說已得阿羅漢果，錯說已得阿那含果，凡是類此心口不相應者，雖作大妄語，使人領解，皆得中罪可悔。

(八) 言明瞭：說得清楚，則構成犯重罪的條件；雖作大妄語而言詞不清，則構成中罪可悔的條件。

(九) 前人解：聽話的人完全了解所說的内容，則構成重罪的條件；雖作大妄語而對方不能完全理解，或對方是聾人、癡人、不解語人，則構成中罪可悔的條件。

若具以上所例的九個條件，講話的人有騙人的動機，對象是人，也知道對象是人，所說的内容是過人法，講得明明了了，對方聽得懂他說的話，



即成重罪不可悔。

二、小妄語

妄語之中的大妄語，除非是不知慚愧不解因果的人才會做，常人最易犯的是小妄語。《阿毘達磨集異門足論》中說，小妄語有四種：「一虛誑語，二離間語，三麤惡語，四雜穢語。」^{二十}這就是人們通常所講的如下四種小妄語：（一）妄言，（二）兩舌，（三）惡口，（四）綺語。其中，最難戒的是綺語，而存心犯騙人之妄言、挑撥離間之兩舌、惡言詈辭之惡口的機會並不會太多。

1、虛誑語

「若伴若眾中，一一不妄語，
不說不勸教，離一切虛妄。」^{二十一}



妄言的範圍很廣，通常指在親朋相會、團體聚會、公眾集會場合中，不知道的說知道，知道的說不知道；有的說沒有，沒有的說有；是的說不是，不是的說是，就是打妄語。這在很多經論中都有明確的記載。《中阿含經》云：「一曰妄言，彼或在眾，或在眷屬、或在王家、若呼彼問汝知便說，彼不知言知，知言不知；不見言見，見言不見。爲己爲他，或爲財物知己妄言。」^{二二}《舍利弗阿毘曇論》將妄言總結爲八非聖語，「若不見言見，見言不見；不聞言聞，聞言不聞；不覺言覺，覺言不覺；不識言識，識言不識，是名八非聖語。」^{二三}總而言之，妄言就是虛妄不實的言語。在唯利是圖的商業社會，說謊之普遍程度更令人感到震驚：從個人到團體、從家庭到國際之間、從商業到傳媒，說謊之風盛行，彼此欺騙，以求達到自私自利的目的。爲了有利於今人對妄言有清晰的了解，現按不同類型的人犯不妄言戒略加分析。



小孩多以妄言嬉弄別人

獨生子女在眾人的寵愛下，常常喜歡開玩笑哄騙嬉弄別人。做父母的往往覺得自己的小孩聰明、可愛。這其實是間接地鼓勵小孩說謊，若不及時加以制止，習慣成自然，長大成人後，滿口謊言，無人相信他，到那時悔之晚已！因此佛陀要求我們守不妄語戒時，要我們從童年開始。

據《大智度論》記載：當羅睺羅小的時候，非常調皮，有時候常和人開玩笑。他雖不是害人，但講虛妄的言語是真的。佛陀明明不在，國王大臣信者來拜訪的時候，羅睺羅告訴他們說佛陀在那裏，等他們去看佛陀時，羅睺羅就很開心的嬉笑。有一天，佛陀知道以後，特地走到羅睺羅修行的地方來。佛陀叫羅睺羅盛水洗腳，羅睺羅奉命把水拿來，佛陀洗後，指著水對羅睺羅說道：

「羅睺羅！這盆裏的水可以喝嗎？」



「佛陀！洗過足的水很污穢，不能喝的。」

「你就是同這個水一樣，水本來是很清淨的，好比你本來是王孫，遠離世間虛假的榮華，出家做沙門，可是又不精進於道，不清淨身心，不守口慎言，三毒的垢穢填滿在你的胸中，等於清淨的水裏有著垢穢一樣。」

羅睺羅低頭不敢仰望佛陀，默默的不作聲，佛陀招呼他把水拿去倒，等羅睺羅倒水回來，佛陀問他道：

「你拿這個盆盛飯來吃可以嗎？」

「不可以的，佛陀！洗手足的盆是不淨的，這上面有垢穢，不能裝東西吃！」

「你就是和這個盆一樣，雖然做了清淨的沙門，不修戒定慧，不淨身口意，大道之糧怎麼能裝入你的心中呢？」

佛陀說後，用腳把盆輕輕的一踢，盆就滾滾的轉起來，羅睺羅很怕的樣



子，佛陀問道：

「你怕盆子壞了嗎？」

「佛陀！不是！盆是很粗的用具，壞了也不要緊。」

「羅睺羅！你不可惜這個盆，正等於大家也不要愛護你一樣。你出家做沙門，不重威儀，戲弄妄言，這個行為的結果，是誰也不愛護你，不珍惜你，就是到命終的時候也都不能覺悟，迷中更增加迷。」羅睺羅全身流汗，他努力的想以後要來改變改變自己的心。從此，羅睺羅一改既往調皮的習氣，嚴持戒律，精進修道。

二四

少年多用謊言逃避懲罰

牙牙學語的小孩當然還不知道撒謊是何物，到了入讀小學，開始頑皮，偷偷地溜進書房去玩，而不小心打翻了墨水瓶，心中害怕被父親責罰，掙扎



很久，爲了逃避懲罰，撒謊的概念及方法頓時像前世的記憶被誘發出來。這種爲了掩飾自己的行爲不檢或缺點、推卸自己的責任以逃避責罰而說謊，是促使大多數兒童打妄語的最普遍的原因。

隨著年齡的增長，撒謊的次數有增無減，動機也複雜起來，而且開始考慮到謊話被識穿的後果，故此掩飾的工夫做得格外小心，有時連自己也忘了正在撒謊。

其實，人非聖賢，誰能無過。做錯了事不怕，怕就怕沒有勇氣承認，永遠沒有改正的機會。如果做錯了事，勇於承當，都能得到父母師長的原諒。有一個小孩因爲頑皮，不小心砍斷了父親心愛的櫻桃樹，他怕被父親責罰，心中掙扎很久，想要說謊，但最後關頭，他還是坦承自己的錯誤，更得到父親的原諒！經父母師長的開導後，知錯能改，善莫大焉。



學生常以謊言欺騙家長、老師

據二〇〇三年二月十五日《光明日報》報導，校園「撒謊現象」讓人咋舌。在中學校園，一些學生爲了騙取家長、老師的信任，使出種種手段撒謊。學生與老師的「鬥智鬥勇」，讓人咋舌。有個學生逃學了一天，無法面對班主任的責問，冥思苦想後，計上心來，他買了盒痲子粉搽在臉上，裝出一副弱不禁風的樣子，來到班主任面前補假。班主任追問，他說在醫院打點滴，剛剛撥掉針頭，見班主任仍然皺著眉頭，他索性出事先準備好的「撒手」，從口袋裡抓出一大把藥，遞到班主任面前。看到學生「蒼白」的臉和一大把藥，班主任不無愛憐地點了頭，那知班主任前腳一走，他後腳一蹦三尺高。

某生品行不正，又屢教不改，班主任在無計可施之餘，要他回去請家長。當天「家長」來到了學校，班主任與「家長」面對面交談了很長一段



時間。過了一段，家長到學校來了解情況，這時，班主任睜大了雙眼，一臉的愕然，反問道：「你上次不是來過？」「我從來沒來，這還是第一次」。經查證，原來上次那位是假的，是那個學生花錢從農貿市場邊喊來的餐廳老板。

有個學生假請多了，引起了班主任的警覺，爲了工作的需要，班主任後來索性把他的請假事由登記在冊。一年下來，他家連遭不幸，四位親人「命喪黃泉」。先是外公，接下來是大姨、姑母、舅媽。終於有一天，他的父親來了。一打聽，得知這些親戚個個健在，連傷風感冒都很少有。

有個女生，在班上成績差。有一次，考完了試，其結果如何，她心裡自然清楚。於是，她找了家印刷廠，把班上所有學生的成績都刻上，自個兒印了個成績單寄回去。看見自己的孩子成績提高這麼快，心裡自然高興。趁著高興勁，家長來到學校。在班主任的辦公室裡，家長抑制不住內心的激動，



握住班主任的手連聲道謝：沒有老師的細心栽培，孩子不會有這麼大的進步。一聽此話，班主任不解，忙問：「她進步在那裡？」見班主任疑雲密布，連忙從口袋裡摸出成績單，「這不是你上次郵來的？」「天那！這那裡是學校郵的呢？這分明是她自己搗的鬼。」接過學校印發的成績單，家長一時哭笑不得。

青少年正處於身心成長階段，可塑性極大，若說謊、弄虛作假得不到及時的糾正，說謊成自然，便是誤入歧途的開端。因此學生說謊話、做假事應引起廣大家長、老師的警覺和關注。一旦發現苗頭，必須把它「消滅」在萌芽狀態，千萬不可放任。

老師爲名利所而說謊

教師是人類文明的靈魂工程師，教師的一言一行、一舉一動，都將對學



生產潛移默化的影響，其作用不可小視。在市場經濟的大潮下，有少數學校爲了利益而亂收費，爲了入學率而變相加重課業負擔。在孩子的眼裡，老師是完美無缺的，但爲了應付上級部門組織的檢查，極少數教師竟然「教育」學生說假話、撒謊，玷污孩子幼小的心靈。據《江南時報》（二〇〇三年四月二十一日）報導，某學校的老師給學生們訂購了A、B、C三類試卷，平時就在上面佈置作業。近日，上面來學校檢查，老師就讓學生撒謊，說試卷是家長給買的，並告訴學生，如果上級提問有無作業，就說「沒有佈置作業」。孩子回家後說：「爸爸，我們好多同學都撒謊了，可這是老師讓這樣的，你不會怪我吧？」家長不知該如何回答。另據《青年導報》（二〇〇三年四月十三日）報道，河南省某小學實收學雜費和電腦費一百二十元，學費一百二十元，可是當有人詢問收費情況時，學生們紛紛回答說是三十七元或二十一元。原因何在？原來教師事前已經進行了安排，學生在教



師的要求下向記者撒謊瞞報學校多收的學雜費。教師在名利面了前已經毫無尊嚴可言，忘記了自己教書育人的角色和職業所賦予的莊嚴責任。

讀書人的謊言

我們常以為虛假和謊言只在落後地方泛濫，事實剛好相反，愈文明的地方，虛謊愈多，主要如下幾方面。

A、假文憑

高等院校教育有系統地傳授專門知識，培養獨特的能力，讓學生盡最大可能地提高他們的創新能力。從這種意義上講，當前的公務員和幹部任免制度對學歷文憑有相當的要求是有道理的，這對推進幹部隊伍知識化無疑是重要的。問題是，有文憑不等於有水平，沒文憑不等於沒能力。當文憑被作為



求職，升遷的一道門檻、一種准入資格，而又沒有完善的考核評價體系來支持沒有文憑或者學歷不夠的眞人才時，文憑便被看成是找工作、提職務的「敲門磚」。此時，社會上不法分子便把制作假文憑作爲生財之道，大肆制造和販賣高校文憑，導致社會上假文憑泛濫。據中國新聞社報導（二〇〇一年三月十四日），在東北一個大城市裡的街道上，到處可以見到貼在牆上的「小廣告」，寫著出售「假文憑」的聯繫電話，有的甚至將廣告噴塗在牆上。與其聯繫，對方會問你要那所大學的文憑，是辦專科的、本科的，還是碩士、博士的，并稱按提供的銀行帳號匯款，款到即付證，絕不失信。有的賣「假文憑」的廣告居然寫著「眞心實意辦假證」。每種假文憑都有明碼標價。據新華網（二〇〇二年十二月十三日）報導，「製造」一個普通大學的畢業證開價不過兩三百元，最低甚至五十元就能成交。當然，名牌大學的證書自然要貴一些。據說若辦北京大學的「假文憑」，本科的需六千



元人民幣，碩士的需九千元，博士文憑則要一萬二千元。有賣假文憑的，當然有買假文憑的。據《新聞周刊》報導，河南鶴壁市招錄公辦教師時，二百名民辦教師的文憑中，竟有一七五個假的，弄虛作假到了如此程度，實在令人震驚。這坑苦了高學歷人才用人單位，同時也影響了我國高教的信譽和權威，引起了社會的公憤。

B、真的假文憑

鑒於制售「假文憑」活動的猖獗，從根本上杜絕假文憑，保護廣大高校師生和用人單位的合法權益，教育部於二〇〇一年決定開始實行高等教育學歷證書電子註冊制度，並於二〇〇二年十二月十三日起，高學歷人才用人單位可登陸中國大學生網站（www.chinadaxuesheng.com），通過輸入姓名、學歷證號碼、生日和性別四組信息驗證前來應聘人員學歷的真假。由於



該網站免費向社會開放，買賣假文憑越來越沒有市場。

然而高等學府的謊言並未因此而中斷，「真的假文憑」應運而生。主要有如下幾種：持假專科文憑報名參加專升本學習並且獲得本科畢業證書；以槍手代考獲取入學資格後獲得文憑；^{二五}以作弊或者抄襲、剽竊手段通過

考試或完成論文獲得文憑；還有就是備受爭議的各種類型的碩士、博士班，據新華社北京三月十一日報導分析，就讀這種類型班的「學生」主要有兩類：一類是有權的，一類是有錢的。在前者中也有少數有實權的人爲了仕途發展，利用手中權力想方設法到高校混個碩士、博士文憑。一些導師爲了拿到科研項目和經費，或者爲了某種「關係」、好處，沒有進行嚴格的考核、考試，對部分不具備條件的官員「攻碩」、「攻博」大開綠燈，他們中有相當部分人錄取以後也基本不來上課，有的叫秘書代爲聽課，就連博士畢業論文都是別人「操刀」的。^{二六}

在後者中，據說有些老總們動輒花上十



幾、幾十萬去搏 MBA、EMBA 或博士位，一旦取得入學資格後，便「黃鶴一去不復返」，除了參加典禮之外，幾乎見不到他們的蹤影。他們既不用參加統一的正式考試，也不用按時上課和埋頭於學術，更不用為畢業論文發愁。生意都忙不過來，那有時間準備考試、上課、讀書、寫論文。畢業時，想找個操刀手簡直太容易了，有太多的飽學之士願意效勞，作出一篇優秀的論文。

無論是以上那一種類型，最後弄到手的文憑是真的，文憑雖真卻是注水的，所以稱之為「真的假文憑」，欺騙是顯而易見的，只不過程度不同罷了，所以都屬於犯誑語戒。

C、學術腐敗

學術領域，本當是最聖潔之地，可如今恐怕不能這麼說了。學術腐敗是



最具代表性。其花樣更是五花八門，歸納起來主要有如下幾種：

一、抄襲剽竊，有些人投機取巧抄襲剽竊他人成果，例如北大博導王銘銘一九九八年出版的著作《想像的異邦》共三十二萬多字，卻有十萬字左右來自他自己所翻譯的哈維蘭的《當代人類學》一書，遭到北京大學懲處。

二、假冒偽劣，包括假冒別人的名義發表自己的著述，或是任意竄改數據，偽造結果，例如浙江台州師專副教授莫菊初偽造學術論文，並將他人論文以自己名義上報審查，藉以騙取教授資格及優秀成果獎。

三、學術舞弊，聘請自己熟識的人做評委，好吃好住好招待，外加禮物和紅包，而論文答辯則你請我做評委，我請你做評委，互相吹捧，一致通過。還有所謂的「對敲」，就是你發我的文章，我發你的文章，形成「互助組」、「合作社」。因此，不管你的水平如何，只要能混一個主編、副主編幹幹，不愁不能成為大學者、著名學者、大師級學者。



四、學術賄賂，舉凡職稱晉升、基金申報、成果鑑定、評審獎項乃至兩院院士，打招呼、走門路、請客送禮，四處遊說。

五、學術交易，有二種。第一是權權交易。核心刊物有發表文章的權力。學術單位的領導幹部有人事、招生、授學位和財務權力。於是，你發表我的文章，我讓你讀在職博士等等權權交易就順理成章了。第二是權錢交易。核心刊物靠版面費發財，我有版面，你有錢；只要你給我錢，我就發你的文章。不管文章有多臭，照樣得大獎、當教授、做博導。
二七

六、爲了升官發財，更主要是爲了保全自己，有些文人有時不得寫違心之作，爲當權派拍馬、歌功頌德，使得諂媚之作比比皆是，吹捧之風日見其盛。

盡管讀書人的謊言五花八門，但從本質上看，它與吏治腐敗、經濟腐敗一樣，都是某種利益驅使下的產物。買賣文憑、官員攻博等現象無不是爲做



官就業撈更多的資本；剽竊抄襲、沽名釣譽、弄虛作假的學術腐敗，也無不是爲了評個好職稱，得到好房子，賺更多票子。

男女之間的虛情假意

在這個物欲橫流年代，真情已成了奢侈品。不少男人因貪圖女孩的美貌、學歷、家世而展開追求，甜言蜜語，但言不由衷；露水戀情的男女往往是各懷鬼胎、虛情假意；即使是成家的男人，雖有一肚子真話，卻永遠不敢跟老婆說。

成人的謊言

俗語說：「劉備借荊州，一借永不還。」這則歇後語出自《三國演義》。赤壁大戰後，周瑜追擊曹軍，佔領荊州。劉備對荊州十分感興趣，卻



無辦法，諸葛亮知他心中之意，便提議向東吳借荊州。諸葛亮向魯肅講述劉備進退兩難的處境：劉備原想攻四川，但中間隔了荊州，若動干戈又傷了孫、劉兩家和氣。劉備聽後哭，魯肅心腸一軟問如何幫到劉備，諸葛亮答只想借荊州城用，奪四川後歸還。於是他們便立了借據，上面寫了「暫借荊州，以後交付」的空話。可劉備取得四川後，不歸還荊州，派二弟關羽據守，最終關羽大意失荊州……。劉備哭荊州也成了家喻戶曉的成語故事。每當遇到難事，不少人便採用劉備借荊州的計策，在領導面前矯情、粉飾、虛情假意、故作姿態的無病呻吟，甚至當眾大哭大鬧一場，絕食要挾，分房、長工資、晉級、評職稱，難事便會萬事大吉，左右逢源，遇難呈祥。

同樣，爲了獲得自己想要的名與利，有的人不惜欺上瞞下、招搖撞騙，致使現在的社會上假風般盛，造成很多人受騙又受害，他們被這些假言假話欺負、傷害，造成更多的不信任，所以人與人之間最重要的是信譽。



網蟲以虛構的語言騙取他人的信任

據二〇〇〇年十一月十日的《新聞晨報》報導，澳大利亞近日公布的一項調查結果顯示，男士是互聯網聊天室最大的撒謊者。男士在互聯網這個虛擬世界裡，自我約束力大大下降。為贏得女士芳心，他們撒謊真是無所顧忌，從性別到收入、教育程度和職業等都可以信口雌黃；為了與對方在網上套近乎，有的男人甚至偽裝女性。因而，專家建議，為了安全，在網上聊天時，最好不要用真名實姓，不要發送自己的照片，更不要留地址和電話。

生意人靠說謊發財致富

為了利益，商場中欺騙的手法花花樣百出，層出不窮。衛生麻將最能說明這一問題。明目張膽地送錢賄賂有實權的人，以取得訂單，十分危險，所以稱之為「不衛生」。為了迎得實權人士的歡心，組織三五知己，聯合作



弊，使眼色、打暗號，故意輸牌。若有配合默契，一個晚上故意輸掉幾十萬塊錢給對方是不成問題的。輸的人不著痕跡，贏的人好過癮，贏得很有成就感，而且不留任何後遺症，所以叫「衛生麻將」。實權人物一高興，輸的人訂單也就輕易到手。這種行為當然構成犯妄語戒。

傳媒靠言過其實的謊言來招徠生意

遠古的妄語，僅限於語言，妄語的散播範圍因而有限，受騙的人，不致太多。如今除了直接的語言外，還有書刊、報紙、電話、電報、電視等作為散播妄語的工具，只要運用得巧妙，說一句謊，可以欺騙全世界的人。妄言說過即消失，而文字妄言不但欺騙一時一地的人，更可於時空之中作縱橫面的滲透。當我們翻開當日的報紙時，便會發現其中便有很多很多的妄語，從時人的談話，到商業的廣告，誰知道其中有幾分真實？比如，美樂啤酒的電



視廣告「女高音篇」，是一篇劇情誇張的廣告。廣告影片中，一名聲音高亢的女高音在「 \times 」<高歌，店內的玻璃酒瓶都被高音震碎，就連客人的眼鏡也出現了裂痕；唯一倖存的，就只剩下鋁罐裝的美樂啤酒。大家大概會得好奇，這支廣告出現諸多的「爆破」場面，是如何製造出來的呢？據知情人透露，這些爆破場面，用的不是威力驚人的塑膠炸彈，也不是什麼穿透力甚強的鐳射槍，全憑的就是一支彈弓。原來負責拍片的工作人員中，有一位是玩彈弓的高手，命中率奇高，才能讓酒瓶應聲而破。只要客戶給錢，商家就可以在各種傳媒上做廣告。爲了讓廣告達到「語不驚人誓不休」的目的，吸引大眾的注意力，商家無所不用其極，運用特效、電腦動畫等效果，爲的就是讓廣告誇張到超乎想像的地步，好讓觀眾大吃一驚、印象深刻。同樣，記者筆下的花邊新聞，不能說其全屬捏造，最低限度有好多的情節，是出自記者先生聰明的臆想，迎合低級庸俗的人的口味，以達到謀取最大限度的利



潤。但是，可憐的讀者，誰個不受騙！

政治家利用謊言縱橫捭闔

《論語》中講「學而優則仕」。其本意講學問優等者方可為官，進而才有能力造福一方。可隨著時間的推移，陞官成了發財最好的途徑，這也是「陞官發財」一詞的由來。這種「官本位」的「傳統文化」數千年來一直佔據中國人的主導思想。今天，權力進而演變成一種資本，通稱為「權力資本」。換而言之，當權者可利用自己手中的權力謀取財富。權力越大，資本越雄厚。因此人人都想做官。為了保住官位，有些人就不斷的在政治上搞陰謀詭計、翻雲覆雨、落井下石、編造誣陷、出賣良心、踐踏生命。為了陞官，官位稍低者不得不溜鬚拍馬，在場面上作作秀，在統計數字上作作假。如此，即使不能平步青雲，起碼保住當下的權力不成問題；每當選戰進行得



如火如荼之時，爲了拉選票，口才一流的政治家們不厭其煩地誇誇其談、花言巧語，撒起謊來像家常便飯，政治謊言滿天飛……。

2、離間語

離間語又稱兩舌，就是在甲面前說乙的不好，在乙面前又說甲的不好，搬弄是非，挑撥離間或火上添油，從中取利。二八

戰國末時，楚懷王有個非常寵愛的妃子，名叫鄭袖，性情淫蕩而妒忌。後來，魏王又送給懷王一名美人，懷王立即被她迷住了。鄭袖受到冷落，惱恨在心，決定設計陷害。有一天，鄭袖對新來的那位美人說：「君王是特別喜愛你的，但不太喜歡你的鼻子。你見君王的時候應當用手把鼻子掩住，這樣君王就會長久地寵幸你了。」美人誤以爲鄭袖是好意關心自己，就照她的囑咐去做。懷王感到奇怪，就問鄭袖：「新人見了我常常掩住鼻子，



是怎麼回事？」鄭袖說：「她嫌大王口臭，所以掩鼻。」懷王大怒，下令割掉美人的鼻子。鄭袖居心險惡，使美人無辜受禍，後人提及此事，免不了感慨一番。唐代大詩人白居易詩云：「天可度，地可量，唯有人心不可防。但見丹誠赤如血，誰知偽言巧似簧？勸君掩鼻君莫掩，使君夫妻爲參商。」就是指的這件事。

世間，真話少人聽，謠言多人信，這是人性的弱點。從古到今，商家、政治家們利用人性的這一弱點，利用謠言做背景，使用離間計，輕則使人損財，重則傷家亡國。秦末的陳平、三國時代的曹操、諸葛亮和周瑜等，都是善用離間計之人，以達到自己的目的。

項羽（西元前二三二—前二〇二）於秦末起兵反秦，力能扛鼎，才氣過人，大破秦軍，自立爲「西楚霸王」，與劉邦爭天下，戰無不利，但終因有勇無謀，聽信流言，使得擅長謀略的陳平離開項營。范增被項羽尊爲亞



父，但是項羽無法完全相信他，以致於陳平使出反間計離間項羽和范增。范增一走，項羽身旁就沒有可以擔當謀略規劃的智囊，最終垓下（今安徽省靈璧縣東南）一戰，楚軍瓦解，項羽自刎於烏江。

相較而言，曹操要比楚霸王幸運一點，因為他中了周瑜的反間計後，並未喪命，但白白地喪失了他一統天下之良機。東漢建安十三年（西元二〇八），曹操統一北方後，便率領八十三萬大軍南下，準備完成他一統天下的大業。當時，孫劉聯合抗曹，但兵力比曹軍要少得多。曹操的隊伍都由北方騎兵組成，善於馬戰，可不善於水戰。正好有兩個精通水戰的降將蔡瑁、張允可以為曹操訓練水軍。曹操把這兩個人當作寶貝，優待有加。一次東吳主帥周瑜見對岸曹軍在水中排陣，井井有條，十分在行，心中大驚。他想一定要除掉這兩個心腹大患。曹操一貫愛才，他知道周瑜年輕有為，是個軍事奇才，很想拉攏他。曹營謀士蔣干自稱與周瑜曾是同窗好友，願意過江勸降。



曹操當即讓蔣幹過江說服周瑜。

周瑜見蔣幹過江，一個反間計就已經醞釀成熟了。他熱情款待蔣幹，酒席筵上，周瑜讓眾將作陪，炫耀武力，並規定只敘友情，不談軍事，堵住了蔣幹的嘴巴。周瑜佯裝大醉，約蔣幹同床共眠。蔣幹見周瑜不讓他提及勸降之事，心中不安，那裡能夠入睡。他偷偷下床，見周瑜案上有一封信。他偷看了信，原來是蔡瑁、張允寫來，約定與周瑜裡應外合，擊敗曹操。這時，周瑜說著夢話，翻了翻身子，嚇得蔣幹連忙上床。過了一會兒，忽然有人要見周瑜，周瑜起身和來人談話，還裝作故意看看蔣幹是否睡熟。蔣幹裝作沉睡的樣子，只聽周瑜他們小聲談話，聽不清楚，只聽見提到蔡、張二人。於是蔣幹對蔡、張二人和周瑜裡應外合的計劃確認無疑。他連夜趕回曹營，讓曹操看了周瑜偽造的信件，曹操頓時火起，殺了精通水戰的蔡瑁、張允。等曹操冷靜下來，才知中了周瑜反間之計，但已太晚了。赤壁大戰中，曹操軍



營中因無人精通水戰而大敗，差點送了性命，使得他統一天下的美夢最終落空。

3、麤惡語

有些髒話、粗惡的話，並不是出於粗暴的惡意。例如有些太太往往呼叫先生為「死鬼」、「小豬」，內心卻充滿無限的親密與體貼。這類「口頭禪」也不算是真正的惡口。真正的惡口則是使用尖酸刻薄、惡言潑語謾罵、辱罵、攻訐、諷刺、中傷、醜化他人，令人自卑，造成仇恨。正如《中阿含經》說，惡語指「彼若有言辭氣麤獷惡聲逆耳，眾所不喜，眾所不愛，使他苦惱，令不得定，說如是言，」^{二九}按照說話人的方式不同，惡口可分為如下幾種。



A、恨鐵不成鋼式的惡口

自古以來，父母都有望子成龍之心愿，但因教子無方式，看到子女進步不理想，心中很急，愛之深，責之切，有時控制不了自己的情緒，便對自己的小孩大聲吼叫，甚至憤怒地咒罵小孩：「我沒有你這種孩子！」，「生下你，我真是上輩子造孽！」這類放肆地咒罵小孩的言語，雖無惡意，但對無辜的小孩會造成極大的傷害，輕者不願與父母溝通，甚至敵對，引發親子關係的長期衝突；重者令小孩缺乏自信，在小孩的心靈深處留下無形的傷痕，甚至影響終身。

中國傳統的教育也有捧打出孝子的古訓，禪門的教育也有棒喝、磨鍊之說，但這類教育也要看被教育者的根機而定。而對一般根機者而言，以鼓勵代替責備、以關懷代替處罰式的愛的教育，更容易有意想不到的教育效果！

仙崖禪師的一位徒弟，特別調皮，有時利用晚上時間，偷偷的爬過寺院



圍牆，到外面去遊樂。仙崖禪師夜裏巡察時，發現牆角有一張高腳的凳子，才知道有人溜到外面去，他不驚動別人，就順手把凳子移開，自己站在凳子的地方，等候徒弟歸來。

夜深的時候，遊罷歸來的徒弟，不知凳子已經移走，一跨腳就踩在仙崖禪師的頭上，隨即跳下地來，才看清是他師父，慌得不知如何是好！但仙崖禪師毫不介意的安慰道：「夜深露重，小心身體，不要著涼，趕快回去多穿一件衣服。」

全寺大眾，沒有人知道這一件事，仙崖禪師從來也沒有提起，但自此以後，全寺一百多個學僧，再也沒有人出去夜遊了。

如仙崖禪師把禪門的教育特色，發揚到了極點。禪門的教育，向以慈悲方便為原則，要先看被教育者的根機，才以大慈悲大方便相待，天下的父母老師，應先看看兒女學生是什麼根性，施以什麼教育，感化、慈愛、身教，



乃是最好的禪的教育。

比如說，父母知道自己的孩子只考了五十分，任何父母都會大吃一驚，本能地想劈頭一巴掌，惡口臭罵孩子一頓：「丟人！你要死了啊？我回去好好揍你一頓。」這類的惡口只能使情況更糟。但只要父母在開口前靜一靜，便能理智而妥善地處理這一問題。首先應該安撫一下不安的孩子，然後尋問考試不好的原因，找出對症下藥的辦法。微笑的忠告，有時候比嚴峻的斥責效果更好；批評別人時，即使是件小小的事，也盡可能婉轉。

B、無心爲惡式的惡口

日常生活中，有些年輕人天生一張伶牙利齒，喜歡給別人起綽號（如母夜叉、狐狸精、矮冬瓜、小矮子、猴子、小胖子、肥子等）。一些惡質的綽號一出現，往往會因爲人們的附和和心理而「聲名遠播」，最後就成了人



們對當事人的口頭禪。或許，當初起這綽號的人並無壞心，傳播這些綽號的人們也只是出於好玩，但因這些綽號往往都帶有中傷、辱罵、諷刺的意味，對當事人而言，則是一種污辱，更是一種羞恥，令當事人感到難過、厭惡、憤怒，足以傷害任何一個人的心靈。心靈脆弱點的人，馬上就會面臨崩潰，就算內心堅強，所受的打擊也不小。光是心靈上的復健，所要付出的代價，就不是任何人能夠負擔的。然後，在這個綽號傳開以後，在原本和當事人沒有一面之交，甚至原本對當事人有好感的人們心中，綽號的主人形象馬上跌到谷底。在他人心中的形象損失，這是任何人都無法彌補的，就算最後水落石出，還給當事人一個清白，但是，在他人眼裡，當事人在人生的白紙上，還是留下了一個他人造成的污點，這對當事人的損失，是無法彌補的。

另一種無心的惡口便是拿別人的缺點開玩笑，諷刺、挖苦他人的短處，如說「妳長得好醜喔！簡直就像巫婆！」，「你好笨喔，簡直像個



豬！」……這類的惡語，說者無心，但卻會深深地刺傷被評論的對象，令人缺乏自信，讓人一蹶不振。

當然，人與人之間需要一些輕鬆的語言，來使得大家感覺愉快。不過，講話要誠懇，要友善。我們可以拿自己開玩笑，讓人家聽了覺得很好玩，但是我們不要拿人家開玩笑，開人家的玩笑容易失言。

C、生氣時的惡口

EQ管理很差的人平時還算有教養，一旦生起氣來，便無法控制自己的情緒，口不擇言、冷嘲熱諷、肆言無忌，最後成了潑婦罵街。起初還就事論事，唇槍舌劍，攻擊對方，後來把對方幾十年來的缺點、失誤一起重新數落一遍，進行人身攻擊，最後連對方父母、祖宗的過失與缺陷也翻出來謾罵污辱，作為攻擊對方的武器……利刃傷皮肉，惡言毒語傷人心；皮肉易治癒，



心傷記一生；奉勸世上人，出言要謹慎，莫逞一時快，傷痕永難平。

D、造言惑眾、醜化他人式的惡口

「若佛子，口自讚毀他亦教人自讚毀他，毀他因、毀他業、毀他法、毀他緣，而菩薩代一切眾生受。加毀辱惡事自向己好事與他人，若自揚己德隱他人好事。令他人受毀者，是菩薩第七波羅夷罪。」^{三十} 有些人因為妒忌、報復，或擊倒競爭對手，指桑罵槐，造謠誹謗，極力醜化他人。

據《大智度論》記載：提婆達多的弟子俱伽離經常尋找舍利弗、目犍連的過失。一次，舍利弗、目犍連雲游，晚上來到一陶師的茅草棚。因天太黑，不知裡面已有一婦女先住下了，二人也在茅草棚中居住了一宿。第二天，兩大弟子起床後繼續雲游，而提婆達多的弟子俱伽離見到茅草棚中有一張床上有不淨（其實是該婦人夜夢失不淨），認定是二人與女人行非梵行的



結果。俱伽離本來已對舍利弗和目犍連心生嫉妒，於是便四處造謠生事，說舍利弗和目犍連梵行不淨。

佛陀告誡俱伽離：「舍利弗、目犍連、心淨柔軟，汝莫謗之而長夜受苦！」但俱伽離仍然不信，結果受到死後入大蓮華地獄之苦。佛陀感嘆說：

「夫士之生，斧在口中；所以斬身，由其惡言。

應訶而讚，應讚而訶；口集諸惡，終不見樂！

心口業生惡，墮尼羅浮獄；具滿百千世，受諸苦毒痛。

若生阿浮陀，具滿三十六；別更有五世，皆受諸苦毒。

心依邪見，破賢聖語；如竹生實，自毀其形。」

三一

由以上討論可知，無論是善意的惡口，還是無意的，「一語傷人，如刀刺心，」「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒」。因此，我們要節制自



己，儘量不說惡言毒語，不說重話絕話，更不製造謠言或謾罵污辱乃至誹謗他人。要寬容體諒，勿撕破面子；要管好情緒，勿濫發脾氣；要就事論事，勿攻擊人身；要幽默自然，勿出言施暴；要用言語鼓勵人，祝福人，而不會用言語中傷別人。

4、綺語

「綺語」因說話的對象而有區別。當你深情款款地告訴自己的配偶你是多麼愛她，或甜甜蜜蜜地稱讚她的身材是多麼美妙時，這些話對於婚姻生活而言，都不是廢話，也不是肉麻的話，也不算是綺語。但是，同樣的話語，當你對別人的配偶說出時，很可能就成了綺語。在日常生活中，三朋四友聚集一起，興高采烈，談笑風生，話題往往會不知不覺地轉到男女之間風流事、打情罵俏、風花雪月的俏皮話上去，說者往往是越說越津津樂道，而聽



者也是越聽越興奮，使人失去正念。這些都屬於綺語。

綺語還包括說諂媚不實，虛情假意的花言巧語；說笑搭訕、南天北地、言不及義的無意義和無聊的廢話、調皮話、輕佻話和戲言。《中阿含經》對綺語有如下總結，「彼非時說、不真實說、無義說、非法說、不止息說。又復稱歎不止息事，違背於時而不善教，亦不善訶，是謂口故作四業。」^{三二}《雜阿含經》亦云：「綺飾壞語，不時言，不實言，無義言，非法言，不思言，如是等名壞語。」^{三三}



(三) 犯妄語戒之方法

據《菩薩戒本疏》記載：妄言有三種：自妄言、教人妄言、隨喜妄言。
三四

(一) 自妄言就是已親自出面講謊話，這在上面已有詳細之討論。

(二) 教人妄言

如工作後，老闆要求職員向客戶說謊，職員爲了保住飯碗，接納隨順了老闆的動機，用他的言語加以執行，客戶也聽懂了，客戶受騙，老闆犯了教他妄言，而職員則犯了自妄言。

(三) 隨喜妄言

在特殊的情況下，由於爲某種關係所控制，你若發表意見時言不由衷，順著老闆的意思發言，或爲老闆歌功頌德，或與老闆同流合污，捏造事實，



瞞天過海，欺騙大眾，你則犯了隨喜妄言戒。

再如，有些人在修習禪定時偶爾會有一點特殊的體驗，如看到光、諸佛菩薩等，然後在貪心的驅使之下，向外公佈：我修行有神通啦。身邊的人不明是否，人云亦云，到處傳揚：某某有神通，見到光、諸佛菩薩，而且會飛，越傳越神。這是學佛人容易犯的隨喜妄言。學佛的目的不是叫你貪，而是去除貪，因為貪就構成一個很大的障礙，讓我們的心智沒有辦法清明，讓我們的智慧沒有辦法開展。



（四） 妄語之根源

打妄語根源主要有如下六個方面：一、爲了自己的利益（如名利等），二、爲了別人的緣故（如爲了親族友朋的利益），三、使怨敵受害，四、爲了自己避免懲罰，五、爲了討好某人，六、爲了掩飾自己的過失，爲了我執、自尊或種種其他逃避自我受傷害的理由，而作不盡不實的妄語。不知道的說知道，知道的說不知道；有的說沒有，沒有的說有；是的說不是，不是的說是，^{三五}其結果是使自己或親屬得益，使別人受害，讓人家煩惱、受損失、受傷害。



（五）方便妄語與本戒之時空適應性

佛陀是說真語、實語、如語者，身為佛陀的弟子，理應向佛學習，不可以打妄語。然而若不分時間、場合和對象，處處講實話，時時講真話，絕非佛陀之本意。判斷一個人是否犯妄語戒，不僅僅是因為他口上講了妄語，更重要的是他講妄語之動機。若妄語之動機是爲了止息他人悲傷、憂愁、惱怒，攝護他人令信佛法；爲了救度、利益眾生，此時便成了方便妄語。以下六種方便妄語都屬於妄語戒之關緣，與一般意義上的妄語有本質性的區別。

一、善良之妄語

俗話說，「會說話的兩頭瞞，不會說話的兩頭傳」。比方甲乙兩個人心裡各懷鬼胎，互相妒嫉、互相猜測。當甲來問你：「乙是不是講我壞話？」



若你「嚴守不妄語戒」，照實說，「乙確實是在我面前說你壞話，講你用人時不知如何體量下屬，讓下面的人很辛苦。」其後果會使他們二人的仇恨更深。反之，你若是不說：「他並沒說你不好，還體量說，爲了把事件做好，其實你更辛苦，你也有你的難處，還讚歎你的苦心呢！他說你們中間也許有些誤會，他希望有機會向你解釋清楚。」以上講話雖然不太真實，但這種類型的方便妄語會令兩人解冤解仇，言歸於好，理應屬於善良之妄語。如下則是善良之妄語的一個實例。

李小姐因爲工作關係，必須時常出入鄰鎮那家戶政事務所，並與該所某服務小姐做經常性接觸。由於頻頻打擾，服務小姐雖未曾對她橫眉豎目，但也從未給過好臉色，總是滿臉不耐。

兩個月後，李小姐遇到以前相當疼愛她的老鄰居，言談之間，獲知鄰居竟是那名服務小姐頂頭上司。李小姐就趕緊把握住眼前機會，狠狠在鄰居面



前數落她一頓，發洩心中長久的不滿，同時盼望鄰居將她的不悅傳到那名人
的耳中。

第二次李小姐再到戶政事務所辦事時，服務小姐的態度果然大有改善。
前腳才剛進門，被服務小姐史無前例奉茶問好。事後李小姐將服務小姐改善
情形告訴老鄰居，感謝鄰居把她埋怨服務小姐服務態度太壞的話轉告她，讓
她痛改前非。

「不！我並沒有把妳的話告訴她。」鄰居大出李小姐意外的說：「其實
我說的話正好相反，我告訴她妳相當欣賞她的服務態度，因為很少人能面顏
悅色忍受妳三番兩次打擾，而不發脾氣。」鄰居一席話，讓李小姐當場愣
住，驚訝於將埋怨的話換成稱讚，竟有如此效果，而且還事半功倍。

這則故事給人們的啓示是，夫妻、家人、同事、同道之間相處，意見相
左都是難免的，但若能懂得將埋怨換成稱讚時，必然會有出人意外的結果。



二、無傷大雅的小妄語

最通常的謊言是「無傷大雅的小謊」，大人與孩子都撒過這類謊。例如，我們會告訴朋友她的衣服很漂亮，而其實我們並不認為如此，撒這類謊只是為了使別人感覺舒服。再如向一個毫無自信心的人讚美一句：「你今天很美呢！你其實很不錯！」也許，她從這番說話獲得的歡愉及自信心，遠勝你為她進行十次整容手術！

三、遊戲妄言

若和朋友打牌，玩吹牛遊戲，虛報花色，明明出的是「紅心5」，嘴巴卻故意叫「黑桃K」，算不算打妄語呢？一般情況下，若打牌玩吹牛遊戲中的吹牛和虛報花色是在彼此約定的情況下進行，其真意是遊戲，而不是欺誑，那麼，這一類的妄言充其量只算遊戲妄言，不能算是真正的打妄語，



不會造成什麼傷害！

四、慈悲之妄語

有生必有死，這是恆古不變的定律。可無常到來時，一般人都無法接受。如下故事說明佛陀是如何以方便妄語，啓發人們了解生死無常這一道理的。有一個婦人去到佛陀那裏，她的小孩死了，所以她又哭又泣。她是一個寡婦，已經不能夠再有另外的孩子，而她唯一的小孩死了，那是她所有的愛和所有的注意，她一直在佛陀的面前哭泣。佛陀安撫他說：「救你的小孩很容易，只要你到鎮上去，找到一戶人家，從來沒有死過人的，向他們要一粒芥菜種子，就能讓你兒子起死回生。」

那個女人衝到鎮上去，她來到每一戶人家。不管她來到那裡，他們都說：「你要多少芥菜籽我們都可以給你，但是我們無法符合你的條件，因



為我們家曾有人死過。」她找了一整天，仍然無法找到有一戶人家沒死過人的。她終於領悟到：「死亡是生命的一部分，它一定會發生，不是某種私人的事，它不是發生在我身上的私人災難。」領悟到這一道理，她終於恢復理智，勇敢地面對、接受親子死亡這一殘酷現實。

五、方便救眾生之妄語

培養慈悲心是修行人第一要務。若為救護眾生，修行之人可作方便妄語。比如有醉漢要殺某人，實見某人而騙醉漢言未見某人者，無罪。據《普賢行願品輯要疏》中記載：有一個持戒精嚴的學人，在路上遇到一個獵人在追一隻兔子，走到三叉路口，兔子跑了，獵人沒看見。持戒的人剛好在這個地方，獵人問他：「兔子跑到那裡去了？」持戒的人故意指錯方向，打了個方便妄語，救了兔子一命，也救了獵人免造殺生之業。這是開緣而非



打妄語，因為他的存心是善。

六、方便教化之妄語

釋迦世尊爲了度眾生有時也說方便語。經上有個比喻：有位長者，他的兒女不聽話、好吃懶惰、不聽教導，向壞的方面發展。長者就想了一個方法，告訴家中的兒女：「我不久要出遠門，去收人家欠我們的錢，你們乖地待在家裡。如果身體不好！我這裡有藥，對強身醫病都好。把藥放在這裡，你們有病就吃，我到外面收好帳就回來。」這長者也告訴兒女：「我在田裡埋了好多金子，但已記不清楚埋在那裡。你們沒有生活費的時候，去翻田把金子找出來，就可解決生活問題。」交待完，長者就出去了。

去了兩個多月都沒回來，他特別請人告訴他的兒女：「你們的爸爸已經死了。你們要想做人、想生活就好好地自己發奮圖強。」兒女們一聽到



爸爸死了，沒有爸爸可依靠，想想以後慘了，看看自己身上又有病，更是苦惱：這時才想起不必找醫生看！爸爸已經做好了藥放在家裡。他們把這良藥吃下，就將病治好了。

兒女們的病是醫好了，可是要吃飯沒錢買米，這時又想起父親曾交代田裡埋有金子，他們就拿著鋤頭各處找，可是把田都翻遍了，一個金子、一個銀子也沒找到。但想想：這田都翻過了，既然金子找不著，我們還是種田吧，他們這時候當然很理智，因為父親不在了。春天播種，到了秋天收成，有穀子就有米，生活就解決了。其實翻土種穀，這就是金子啊！

有些人，天生愚笨固執，很難教化。此時佛陀常設種種方便，進行教化。《法華經》火宅喻，就是一個很顯明的例子。寶樹山莊是一座有數千年歷史的老宅，一天山莊失火且火勢四面八方蔓延，寶樹莊主心愛的孩子們卻沒有跟著跑出來……。



不管莊主如何喊叫，無知的孩子根本不理，他們反而對熊熊烈火感到極為好奇起來。他們到處拍手，相互爭著跑向火堆去觀看火景。有的甚至拿了東西就扔向火中，看一件件東西被火吞滅，既新奇又刺激……真是頑心尚勇，野性猶存，寶樹莊主見到無知的孩子們根本不知道火的可怕，一時之間，寶樹莊主慈悲的願力卻也喚不醒痴迷的孩子們……。看著孩子們玩得通紅的臉龐，絲毫不覺死亡已迫在眉間，寶樹莊主心念一轉，不如權開善巧的方便法子，引誘孩子們自願出離火宅。

寶樹莊主立即大聲呼喊道：「孩子們，快來啊！看父親這回為你們準備了什麼稀奇好玩的寶貝！」一聽有稀奇玩意，孩子們一下子就聚攏過來。寶樹莊主說：「院子大門外，現在停著許多許多七彩妝飾滿載珠寶的羊車、鹿車、牛車。你們愛什麼車子，就挑選什麼車子，只要有了車子，你們要什麼就有什麼。只要有了車子，你們愛去那兒就可以去那兒。」「只



要有了車子，你們就可以自由自在遊戲神通……趕快出來！得不到的人一定會後悔……」

孩子們聽見外面有那麼多神奇好玩的車子，大喊一聲，便競相踴躍，從唯一的出口奔跑出來……。

空曠的草原，清澈的河流，迦陵頻伽鳥的樂音在獻唱，百花綻放莊嚴這片光明的世界。孩子們內心充滿了無比的歡欣和喜悅，但是心中忘不了那華麗的羊車、鹿車、牛車……寶樹莊主知道孩子們心中的願望，爲了不忍心孩子們受騙的感覺，於是寶樹莊主想：「我的財富無量，足可敵國，就是把所有財物分給全國人民，也綽綽有餘。這些孩子平日都是我心中最喜愛的，我應該以平等心對待，將最好的大白牛車分送給他們。」想到這裡，莊主當場宣佈，每位孩子都可分得一輛七寶玲瓏的大白牛車。於是，他吩咐僕人把華麗莊嚴大白牛車陳列於路上……。



在孩子們的驚喜聲中，熊熊烈火漸漸平息，天空的烏雲也逐漸散去。開心的孩子們，駕著高大寬敞，纓絡交織而成的大白牛車，隨意馳騁著。寶樹莊主觀見，每個孩子的心靈充滿無邊的快乐與幸福……。

這就是火宅喻的故事。火，比喻五濁、八苦等；宅，比喻三界。謂三界之眾生為五濁、八苦所逼迫，不得安穩，猶如大宅被火所燒，而不能安居。但眾生因貪慾而迷戀於三界六道輪迴之苦海，不思出離。羊車、鹿車、牛車心喻佛陀引導眾生早出三界火宅之善巧方法。

由以上事例可知，犯妄語戒之核心是講妄語者之動機。為救護眾生疾苦及性命；為止息他人悲傷、憂愁、惱怒；或為攝護他人令信佛法，皆為妄語之開緣。



（六）本戒的社會意義

人類有史以來有很多非凡的創造，如電腦、飛機、宇宙飛船，但人類最有意義、最偉大的創造應該算是我們人類的語言。語言是一切文化之母，沒有語言，就沒有人類的文明！在社會發展過程中，人們又根據自己所講的語言而劃分不同的社團，例如漢族人、藏族人、蒙古族、泰族、英國人、僧加羅人等，在漢人中，又因說不同的方言，我們又被區分為廣東人、上海人、客家人等。可以說，有多少種語言，就有多少種社會，任何一種社會的文化背景都是建立在它的語言基礎之上的。文化、語言、和社會三者總是不可分割的組成部分。如果語言不存在，它所表達的文化就會自動消失。這也就是為甚麼英國入侵斯里蘭卡、印度、南非等國之後，他們做的第一件事是推廣英文教育，第二件事傳播基督教文化。



同樣在社會中，如果我們語言得不到淨化，人人講粗語、謊話、大話，人與人之間就會互不信任、相互猜疑和相互仇恨，社會中不和、混亂與衝突會明顯增加，最後整個社會會成爲一盤散沙，這樣的社會就不可能有任何希望。由此可見惡言給社會造成多麼大的破壞作用！反之如果我們有意識地淨化我們的語言，做到人人講愛語、善語、誠實的語言，大家就會相互信任，坦誠相待，人與人之間緊張的關係就會得到改善，大家就能和睦相處，每個人內心就會平靜，社會就會減少爭執。這樣大家願意在一起，爲了一個共同的目標而奮鬥。如此再難的事件都能做到，甚麼樣的奇跡都會創造出來。社會自然繁榮，百姓自然安樂。由此可見，語言的淨化對社會的穩定發展起着極其重要的作用。所以這一切都可以通過持不妄語而獲得。



(七) 如何持不妄語戒

我們造業的方式有三種：身、口、意。口業佔了我們造業的三分之一，由此可見持不妄語戒是多麼的重要。不妄語戒其實是要我們淨化我們的語言，以免口造惡業。現就如何在不同的場合守此妄語戒，談談我個人的看法。

一、正語對治謊言

相傳從前有一個遠近聞名的撒謊者，名叫貝浩圖。貝浩圖有兩個伙伴。一天，他興致勃勃地給兩個伙伴講起了自己的經歷。

你們可知道，我從八歲起便開始說謊，現在已養成一年說一次謊的習慣。之所以說謊，完全是爲了對付那些奴隸販子。有趣的是，我的謊言往往



都能實現，因此那些奴隸販子一提到我就感到頭痛，沒辦法，只好一次又一次地把我帶到奴隸市場去賣。

有一次，我又被奴隸販子帶到奴隸市場，他委托經紀人出賣我，並要經紀人向買主講明我的缺點。於是經紀人按照他的要求，在市場上大聲向眾人宣布道：「這是一個帶有特別缺點的奴隸，有誰肯要嗎？」

「他有什麼特別缺點呀？」人們問經紀人。

「他每年都要說一次謊來欺騙自己的主人，除此之外，其他方面還挺不錯。」

「有人出錢買他嗎？」一個商人走上前來問道。

「有，已經出到六百元了。」

「好，我買下他，並付你二十元賞銀。」

於是經紀人爲奴隸販子和商人牽線，促成了這筆交易。見他們彼此收兌



了銀錢後，經紀人將我帶到商人家裡，親自交代清楚，然後高興地領走了二十元手續費。

商人給我找了一套適合我這種身份的衣服，讓我換上。從此他就是我的新主人了。我惟命是從，盡心盡力地好生侍候著我的主人。轉眼到了第二年的收穫季節，由於風調雨順，糧食喜獲豐收，家家戶戶都大擺宴席，飲酒作樂，共慶豐收。

這天，我的主人也不例外地在他城外的莊園裡擺下豐盛的筵席，邀請他商界的同行以及親朋好友，共同歡慶豐收年。正午時分，主人忽然想起忘了帶一件東西，便對我吩咐：

「你馬上騎騾子回家去，向太太取我要的東西，並立刻給我送來，要快！」

我領命而去，急速往家趕。快到門口時，我突然大吼一聲，嘶啞著嗓



門大哭起來。哭喊聲驚動了四鄰，人們從街頭巷尾圍攏過來看熱鬧。此時太太和小姐們聽到了我的哭聲，趕緊開門出來看個究竟。見我痛苦不堪、淚流滿面的樣子，忙問發生了什麼事情。於是我泣不成聲地告訴她們：

「老爺和他的朋友們正坐在一堵古牆下，高高興興地邊吃邊談時，那堵古牆不知怎麼突然倒了下來，把他們全部壓死了。看見這種情景，我一時不知所措，後來想起應趕快向太太報告，於是我就急忙趕回來了。」

聽到這突如其來的消息，太太和小姐們頓時捶胸頓足哭起來。她們發瘋似地撕扯自己的衣服，打自己耳光。人們見此情景，急忙上前勸慰。此時女主人已完全失去了理智，昏頭昏腦地衝進家，不管一切，見東西就砸。一時間家具門窗牆壁全被搗毀砸爛。她一邊砸還一邊對我說：

「貝浩圖啊，你這個該死的傢伙，站在一旁幹啥，還不快來幫我。」

我不敢怠慢，動手砸起來，扳倒衣櫃櫥具，將桌上的各種擺設和屋裡的



瓷器全部砸個粉碎。我一邊大肆破壞，一邊哭鬧：「我的主人哟！我的主人哟！你死得好慘哦！……」

就這樣我把主人家裡的瓷器全給葬送了。

當家裡鬧得天翻地覆，該破壞的東西幾乎全被搗毀了後，太太才披頭散發、衣冠不整地帶著小姐們和少爺們衝出大門，並對我說：「貝浩圖，你在前面帶路，我們一起去老爺遇難的地方，好安葬我那可憐的丈夫。」

我聽從女主人的指示，一把鼻涕一把淚地在前面帶路。

跟在我後面的太太、小姐們早已把教規忘了。她們光著頭、露著臉，一個個悲痛欲絕地哭喊著：「啊！我的人哟！啊！天啊！……」街坊鄰居，男女老少，全都跟著我們，人人都灑下同情的淚水。大隊人馬沿街走著，哭鬧聲驚動了城裡的人，他們驚奇地出來觀看，有的人上前來詢問究竟。我便不失時機地將情況告訴他們。於是人們嘆道：「遇到這樣的災難是沒有辦



法的事了，看來只有祈求安拉拯救了。」有人說：「這可是一個頭面人物呀，得把情況向省長報告啊！」

省長知道這不幸的消息後，急忙率領一隊人馬，帶著鋤頭、鏟子等工具，從我們後面趕來救援。

此時路旁看熱鬧的人越來越多。我走在隊伍的最前面，一邊哭，一邊打自己的耳光，一副痛不欲生的樣子。太太、小姐、少爺們跟在後面，哭喊聲驚天動地。快到莊園時，我加快速度，甩開大隊人馬，迅速地從地上抓起一把土，撒在頭上，並提高了哭喊聲，一副狼狽像地衝進莊園，哭天喊地地嚷道：

「老爺啊！不好了，太太她，喲，太太她死了！今後我怎麼辦，有誰來疼我呀？但願我能換回她的生命啊……」

主人看見我這副模樣，嚇得臉刷一下全白了。他瞠目結舌地問：「怎



麼了？貝浩圖，到底出了什麼事？」

我答道：「我聽從老爺吩咐回家取東西，沒想到到家一看，堂屋的牆壁已全部坍塌了，一家人全被壓在了下面。」

「太太怎樣了，是否安全？」

「不，老爺，沒人能逃出厄運，全給壓死了，並且太太還是最先死於這次意外的哩。」

「我的小女兒呢？」

「她也死了。」

「那匹騾子怎樣，它還沒事吧。」

「不，向安拉發誓！由於正屋和馬廄的牆壁是一起垮塌的，因此，所有的牛羊雞鴨，全被壓成了肉泥，什麼也沒剩下。」

「也許老太爺還沒事呢？」



「不，老爺，你不要再抱任何希望了，家裡的人和物全部完了。」

此時，主人才感到沒有任何希望了。他臉上馬上失去了光澤，腦子里一片空白，呆若木雞。由於知覺全無，他腳癱手軟，漸漸支持不住，頹然一屁股坐在地上。稍時，他突然發瘋似地跳起來，胡亂地抓扯衣服，拔胡鬚，摔頭巾，瘋狂地打自己，直打得鮮血直流。接著便扯破嗓門嚎哭起來：

「喲，我可憐的孩子們啊，可憐的太太、老太爺喲！你們爲啥遭這般厄運啊！世間有誰的命運比我更悲慘呀！」

同席的商界親朋好友聽到這不幸的消息，也感到非常的悲哀，他們可憐我那主人的遭遇，隨著他哭泣，陪著他撕扯自己的衣服。由於這突然降臨的重大打擊，使得主人神智不清，像醉漢一樣東倒西歪地向莊園大門走去。其他人也隨著他向莊園門口衝去。

剛跨出莊園大門，主人便看見滿天灰塵，帶著哭喊聲的大隊人群正向這



邊奔來。他仔細一看，才發現省長率隊走在前面，隨後是他的家眷，個個哭得像個淚人。當主人與他太太、兒女們相互碰面時，一下就愣住了，許久，才破涕為笑，相互詢問。

主人問道：「家裡發生了什麼事？你們怎樣？不是說你們遭遇了不幸嗎？」

「托安拉的福，爸爸，你總算能平安無事。」小姐少爺們一個個湧上去擁抱主人。

太太見主人好好的，驚喜得不得了，同時也感到奇怪，說道：「讚美萬能之神安拉啊！他使你和你的朋友安然無恙！但不知你們是如何死裡逃生的？」

主人在鬧哄哄的氣氛中，也不知太太在說些什麼，只是忙著問：「家裡情況如何？是否出了意外？」



「家裡一切正常呀，沒發生什麼事。只是貝浩圖這個奴才光著頭，一邊撕扯衣服，一邊哭喊著：『我的主人喲！』我問他出了什麼事，他說：『老爺和朋友們全被坍塌的牆壓死了。』」

「剛才他也是哭哭啼啼跑來對我說，家裡的人全都死了。」主人說著回過頭來，見我站在一旁，頭上套著已被撕成條條的頭巾，滿臉的淚水和塵土，便憤怒地大聲喝道：「該死的奴才，瞧你幹的好事，我非剝你的皮、抽你的筋不可。」

「老爺！你可不能懲罰我，因為這是我的缺點。你並不是不知，我每年都要說一次謊，而這次我不過只說了一半。這樣吧，到年底我再說下一半，以構成完整的一次。」

「狗崽子！你這個罪該萬死的家伙！」主人的憤怒達到的極點，他大發雷霆，「你造成了如此嚴懲的惡果，卻還毫不知罪地說只說了一半謊。氣



死我了，你給我滾吧！我不愿再看見你。」

「你雖然恢復了我的自由，我卻不能離開你。待我在年底前將餘下的一半謊說完，你便可以將我帶到市場上去，並向其他買主講明我的這個缺點，再出手將我賣掉。現在你不能趕我走，因為我沒有任何能維持生活的技能。你曾跟法學大師學習過，應該清楚法學中對於釋放奴隸的有關規定。」

我在彬彬有禮地辯解，主人卻一個勁地咒罵，我們互不相讓。

這時人們都圍了上來，同情地安慰我的主人。隨後主人和他的朋友們迎上前去招呼省長，向他講明事實真相，並重申了這次事件只是說了一半謊的結果，還不知下一半謊將造成什麼樣的危害。省長和眾人聽了，認為開這樣過火的玩笑太不像話了。於是大家便異口同聲地咒罵我，遣責我，而我卻若無其事地笑著說：

「這是我的缺點，主人是不能懲罰我的，因為在買我時他就非常清楚我



的這一情況。」

隨後，主人回到家裡，當他看見家裡一片狼藉，找不到一件完好的物品時，簡直是怒火中燒。這些被毀之物，絕大部分是由我親手砸的，其損失已無法計算，當然，太太毀掉的東西也不少，但她卻火上澆油地對老爺說：「這些瓷器以及其它家雜，全是貝浩圖這小子一手砸碎的。」

主人最後無可奈何地說：「我不知道了什麼孽，遇到了你這樣的狗雜種。你造成這樣的災難，卻還振振有詞地說這只是說了一半的謊，若讓你將下一半的謊撒完，你不是要毀掉整座城市嗎？」

主人越想越憤怒，實在是咽不下這口氣，於是帶我去見省長。我被重重地鞭撻了一頓，直打得我血肉模糊，不省人事。其後我被刺破面頰，烙上火印，帶到市場拍賣。後來，我像以前一樣，不管到了那一個新主人家中，都要繼續作祟，其結果當然又是被轉賣。



以上故事足以說明，撒謊損人不利己。無論你是多麼高明的撒謊能手，撒謊終究是撒謊，紙是包不住火的，遲早都會被人識破。因為科學家證明，任何人撒謊時總會有生理和心理的反應。卡洛·科洛迪童話《木偶奇遇記》主角皮諾曹每次撒謊，鼻子就變長。美國幾位科學家近日發現，童話故事裡出現的一說謊話鼻子就變長的「皮諾曹症狀」並非空穴來風。他們解釋說，當人撒謊時，緊張會讓他們鼻腔裡的細胞組織充血，使鼻子較之平常更大、更紅腫。盡管上述變化可能不明顯，其他人用肉眼也許根本就無法注意到，但撒謊者本人卻會因為鼻腔組織充血而感到搔癢並用手去抓撓。幾位科學家甚至還舉例說，美國前總統比爾·克林頓在接受調查時時常抓鼻子的行為就是「皮諾曹症狀」的最好注腳。

三六

說謊的人不僅行為上有異常舉動，心理上也會表現不安，很容易被人識破。一旦謊話被拆穿，輕則斯文掃地，重者身敗名裂。美國前總統尼克森，爲了水門事件的弊案，從總統的位置黯



然下台；菲律賓的前總統馬克仕，也是因為弊案的關係，流亡海外，到死都不能回歸故國。由此可見，我們若要平平安安渡過一生，誠實為上策，應該從不妄語做起，正語則是對治謊言的利器。

二、直心對治兩舌

誰在背後不議論人，誰又不被人在背後議論。人之劣根性就是見不得人好，，好像看到兩人好，他心裡怪難過的，於是挑撥離間，搬弄是非，破壞他人彼此之間的關係，破壞人與人之間的感情，搞得家庭和睦，人與人之間的關係緊張，有的一句搬弄是非的話，甚至影響當事人一輩子的關係。面對兩舌之人，佛陀告誡我們，「惡人害賢者，猶仰天而唾。唾不至天，還從己墮。」^{三七}說別人壞話，猶如頭仰著向上吐痰，必定掉在他自己的臉上。

所以，說別人壞話，等於用痰吐在自己的臉上。造別人的口業，最後受到報



應的是他自己。爲了避免兩舌，佛陀告誡我們，一、在集會或公共場合，發言平正、真實，直述其所見所聞。二、不評論尚未發生的事。在已發生的事件中，如果我們不太了解，我們最好也能保持沉默是金的原則。因爲也許我們所知僅是一知半解，或是一點皮毛。三、我們只講我們自己的親身經歷。這樣我們就能做到少犯或不犯兩舌戒。

三、愛語對治惡口

伊索寓言中有一則故事，大意是說：有一對父子要賣驢子，他們牽著驢子進城，一路上卻不斷有人笑他們。起初是有人笑他們，「他們好笨哦！有驢子爲什麼不騎呢？」接著，他的爸爸就讓兒子騎上驢子；可是，就有人批評他們，「那個兒子真不孝，竟然讓老人家走路。」於是，爸爸就叫兒子下來，改換自己上去騎驢；可是，又有人批評了，「那個人不是慈



父，竟然讓小孩子走路！」爸爸於是讓小孩子一起坐到驢背上來；可是，又有人批評了，「他們好殘忍！竟然虐待那隻瘦弱的驢子！」爸爸想想有道理，趕緊下來，父子倆合力把驢子挑起來，就這樣進城。不料，笑他們的人卻更多，大家都笑，「他們好笨哦！有驢子爲什麼不騎呢？」

人生在世，就像這對父子進城一般，無論你怎麼做，無論你怎麼委屈求全，都必然有人笑你、批評你、不喜歡你，甚至毀謗、諷刺、攻訐、咒詛你，傷害他人的尊嚴，造成了多少傷害紛擾，帶來了多少痛苦打擊。日常生活中，隨便一句絕情無理的咒罵或苛責，即可能刺激兒女離家出走或夫妻反目或同事結仇；隨便一句惡擊的污辱或誹謗，即可能引發在各種激烈的衝突，甚至演變爲可怕的命案悲劇，此一社會亂象一直令人憂心忡忡，感慨不已。

甚至連佛陀這樣的聖者也有人惡口相罵：有人罵佛時，佛陀沉默不語。



等到惡人無話可罵時，佛陀問他：「子以禮從人，其人不納，禮歸子乎？」對曰：「歸矣。」佛言：「今子罵我，我今不納，子自持禍，歸子身已！」這段對話告訴我們，當他人用邪惡的語言攻擊我們時，我們若不受不理，他們只好把罵我們的話留著自己享用、成為他們自己累世業障的一部分。
三六
這是佛陀教導我們如何面對惡人的法寶。

佛陀在《法句經》中進一步告誡我們，「以怨止怨，如揚湯止」。慈愛的語言才是對治惡口的良藥，「於此世界中，從非怨止怨，唯以慈（忍）止怨，此古聖常法。」

四、禁語對治綺語

偶爾講些無聊話、情緒話，舒解一些生活的壓力、發洩一下心理的不滿，倒也是語言的功能之一。但若整天花言巧語、談笑搭訕、講一些男女之



間風流事、打情罵俏、風花雪月的無聊之語，容易使人聽了失去正念。對於學佛的人來講，若能認識到世事無常，人身短暫，去日苦多，老實學佛，那有時間去說謊、講廢話！再者我們若能深信因果，那敢再造口業，因此而墮落！佛陀教導我們要學會在適當的時間、地點對適當的人講具有建設性的語言。這就是古人所說，話多不如話少，話少不如話好。聖經亦云：「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。」（A WORD APLY SPOKEN IS LIKE APPLE SOFGOLD INTHESETING SOFSILVER。）如果所講的話沒有多大意義，最好保持沉默。這就是沉默是金之含意。在佛教中，禁語則是對治綺語的利器。

五、覺悟妄語之危害

「言為心聲」——任何形式的講話都在流露個人的性格、修養、動機、



心態，以及對人事物理的觀點與見識，這些內容所積澱的意識形態業力模式，最後主要影響的是你自己，所謂果報還自受。《大智度論》問曰：若妄語有如是罪，人何以故妄語？答曰：有人愚癡少智，遭事苦厄，妄語求脫；不知事發今世得罪，不知後世有大罪報。復有人雖知妄語罪，慳貪、瞋恚、愚癡多故，而作妄語。

三九

說謊者不僅受現世報，還要受來世報。《佛說出家緣經》云，若犯妄語，則有爲人輕毀不起恭肅、雖言有實人不奉用等十惡報：一、口常臭爛，二、善神背叛，凶鬼易陵，三、實言流世眾所不信，四、俗爲重事。不在言議，五、未有實事惡名遠聞。六、爲人輕毀不起恭肅。七、雖言有實人不奉用。八、多懷愁怖種誹謗業，九、身死命終生地獄中，十、設得爲人常被誹謗。

四十

《大智度論》云，「問曰：妄語有何等罪？答曰：妄語之人，先自誑



身，然後誑人；以實爲虛，以虛爲實，虛實顛倒，不受善法。譬如覆瓶，水不得入。妄語之人，心無慚愧，閉塞天道、涅槃之門。觀知此罪，是故不作。」
四一

《梁皇寶懺》卷三亦，妄語之人「出生爲人，貧窮飢餓，惡食飼人，後墮豬豚蜣螂之中。劫奪人物，後墮羊中。人生剝皮，食噉其肉。喜偷盜人，後生牛馬，爲人下使。喜作妄語，傳人惡者，死入地獄。烱銅灌口，拔出其舌，以牛耕之，罪畢得出，生鵠鵠中。人聞其聲，無不驚怖，皆言變怪，咒令其死。」

六、認識不妄語之利益

據《十善業道經》記載，不妄語有如下八種天所讚法：

- 一、口常清淨，優鉢華香；
- 二、爲諸世間之所信伏；



三、發言成證人天敬愛；
四、常以愛語安慰眾生；
五、得勝意樂三業清淨；
六、言無誤失心常歡喜；
七、發言尊重人天奉行；
八、智慧殊勝無能制伏。

若守不兩舌戒，可獲得如下五種不可壞法：

- 一、得不壞身無能害故。
- 二、得不壞眷屬無能破故。
- 三、得不壞信順本業故。
- 四、得不壞法行所修堅固故。
- 五、得不壞善知識不誑惑故。

若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者。後成佛時得正眷屬。諸魔外道不能沮壞。

若離惡口，即得成就八種淨業：



一、言不乖度；
二、言皆利益；
三、言必契理；
四、言詞美妙；
五、言可承領；
六、言則信用；
七、言無可譏；
八、言盡愛樂。

若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者。後成佛時具足如來梵音聲相。
若離綺語，即得成就三種決定：

- 一、定爲智人所愛；
- 二、定能以智如實答問；
- 三、定於人天威德最勝無有虛妄。

若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者，後成佛時即得如來諸所授記皆不唐捐。」
四二

《大智度論》亦云，「觀知實語，其利甚廣，實語之利，自從已出，甚



爲易得，是爲一切出家人力。如是功德，居家、出家人，共有此利，善人之相。復次，實語之人，其心端直，其心端直，易得免苦；譬如稠林曳木，直者易出。」^{四三}由此可見，守上不妄語戒之功德是何等之大。

七、個人如何持不妄語戒

《笑林廣記》中有則笑話，說一個秀才死後被小鬼牽了去見閻王，正值閻王放個屁，於是秀才當即做屁賦一首：大王之氣聲如琴瑟之音，味如麝蘭之馨，繞梁三日，蕩氣徊腸……云云，閻王大悅。緊接著他又去拍送他去投胎的牛頭鬼，說牛大王您可真英俊那，角兒彎彎，象牙一樣美麗，結果牛頭鬼高興的硬拉秀才到家，強請他吃了一頓草，然後便將他投胎到母牛肚子裡去做牛了，你說這位秀才不是自作自受嗎？

在現實生活中，妄語者不但害人，還會害己，狼來了的故事便是最好的



證明。一個牧羊的男孩，每天趕了羊到山坡的草地上，看守著羊吃草。說實在的，在這幽暗的森林邊，在這一個伴侶都沒有的地方，小男孩每天都得寂寞的在這兒打算無聊的日子。

有一天，因忍不住要找點兒刺激，他就衝跑下山坡，大聲喊：狼來了！狼來了！村裡的人聽見了，就都拿了棒子獵槍趕快跑來，要幫男孩打走野狼。但是他們來了看見羊正安靜的吃草，並沒有狼的影子。

男孩以為他的惡作劇很成功，就一次又一次這樣做，村人跑來了以後，他就大笑，村人都覺得很惱。有一天，真的來了一頭狼，男孩嚇壞了，大聲的喊救，但是這次無效了！村裡的人認為這一定又是牧羊男孩的惡作劇，都不去理會，結果狼把羊吃了。

這個故事驗證了孔子的名言：「人而無信，不知其可呼？」說謊者即使說了實話，也沒有人相信了。更何況說謊者在說謊時就已受到懲罰。



我認識一位學生，天生是說謊的能手，打妄語的水準很高，不用預先編造，只要需要，隨時隨地就可以編一段謊言騙人，真能做到面不變色心不跳。我開始時很佩服她的技巧，便向她請教說謊的奧秘。通過交談，我才了解到，她也有難言的苦衷。長期以來，她深深地體會到，她自己講一句真話，心中坦然，無須費心去記，如有人再問時，如實作答，無須多思考，問一百遍，回答一百遍的答案都相同。但如果她說一句謊話，她必須編造十句謊話來彌補。更糟糕的是，她必須記住每一次自己所說謊言的細節，預防別人舊事從提時，再重複一遍同樣的謊言。如果說一次謊還能記住，如果說了幾十個謊，那就十分辛苦，因為她必須同時記住她在各種場合下說的幾十種不同的謊言，十分辛苦。有時因說的謊言太多，自己也記不清楚了，相互串通，結果回答別人問題時所答非所問，前言不答後語，自然會引起別人的猜疑，謊言經常會不攻自破，那種處境十分辛苦。現在想來，倒不如老老實實



做人，不說謊，有甚麼說甚麼，如此心中十分坦然，睡覺也甜，吃飯也香。

八、在家中如何持不妄語戒

在家中，第一，對自己的子女不要輕易承諾，一旦有所承諾，就必須去做，否則給子女一生的成長都有害。有一對夫婦六月和孩子一道去巴黎渡假，我感到很驚訝，因為那時是他們工作最忙的時候。他們跟我解釋說，他們曾對大兒子講，如果他考試成績優秀，就會帶他去巴黎渡假。結果他們兒子拼命讀書，果真獲得特優的好成績。所以他們說再忙也得帶他們去。聽後我覺得這對夫婦真是合格的好父母，也是好的佛教徒。

第二，對自己的愛人不要打妄語，既然雙方結合在一起，一定有其殊勝的因緣。古人說：「百年修得同舟渡，千年修得共枕眠。」所以能結為夫妻，因緣十分難得，應當珍惜。夫妻雙方若能互敬互愛，坦誠相待，互相交



換信息，家庭一定會變成溫馨的避風港，夫妻就會同舟共濟，和睦相處。

第三，子女對父母親應講真話。可憐天下父母心，天下沒有那一位父母不希望自己的子女平平安安做人，工作順利，事有所成。父母又因年齡長的關係，飽經風霜，見多識廣，所以子女遇到難事時，跟父母親講真話，應是最安全不過的人選，而且經常都能獲得不少有益的忠告。

九、在社會中如何持不妄語戒

在社會中，我們應該強調語言淨化的重要性。在長期的社會實踐中，只有人類才能創造、學習、使用很多語言的優勢。鸚鵡雖然也能學人言，講單詞、短語甚至幾句話，然而那不是語言，只是模仿人言，而不知其意；收錄音機雖然也能發出各種聲音，那不是語言，只是按照人給它的指令無感情重複播放。只有人類的語言，不單純是聲音的符號，而是表達我們的感情、思想



與觀點的運載工具，它帶有強烈的個人感情色彩。每說一句話都有它特定的含義，都是我們內心世界的反映，是心靈的窗戶。譬如，當你喜歡一個人時，在輕鬆的環境下才會說，「我喜歡你。」語調都比較柔和，聽起來也很舒服；相反，當你恨一個人時，只有在緊張的環境下才會說出，「我恨你。」講此話時，語氣也非常僵硬，否則便無法表達你的恨意。

人的語言又帶有強烈的傾向性，或個人色彩。譬如同樣是一個人送你一盒精美的巧克力，如果你從好處想，你會用『無微不至的關心』來形容他的好意，如果你從壞處想，你會用『黃鼠狼給雞拜年，沒按好心』來醜化他的好意；如果一個人堅持自己的意見，贊同他的人會用『一言九鼎』來形容他的堅定，而不喜歡的人會用『剛愎自用、一意孤行』來批評他；如果一個人的父被殺，有人會用『父仇不共戴天，此仇不報何以爲人』來鼓勵他殺人，明智者會以『怨怨相報何時了、君子報仇，十年不晚』勸他暫



時放棄極端的行爲，回到正常人的生活上來；生死危急關頭，有人會以，『寧爲玉碎，不作瓦全』來鼓勵他選擇死，也有人會以『留得青山在，不怕沒柴燒』來勸他活著；如果一個人爲另一個人做事很盡力，贊同他的人會說『忠心耿耿』，而反對他的人會以『助紂爲虐，爲虎作倀』來否定他的努力；一個人智力過人，喜歡的人會用『足智多謀』來形容他，恨他的人會以『詭計多端』來醜化他；一個人喜歡冒險，有人會以『不入虎穴，焉得虎子』來鼓勵他繼續探險，而不贊同他的人會以『膽大包天』醜化他；如果我們要肯定一位名人時，常以『名垂千古』來形容他，而當我們要否定一個人時，又以『遺臭萬年』來表達我們的恨；當一個人想幹一番事業時，贊同他的人會以『雄心勃勃』來形容他，反對他的人則以『野心勃勃』來否定他；一群人在一起做事時，有人會以『志同道合』表示讚許，也有



人會以『同流合污』表示否定；如果一個人學他人長處時，有人會以『見賢思齊』表示鼓勵，而反對者則以『東施效顰』來反對他；如果一個人平時不注意穿著打扮，讚揚他的人會說他『不拘小節』，反對他的人會說他『不修邊幅』。現將以上所舉事例表如下：

肯定	否定
無微不至的關心	黃鼠狼給雞拜年，沒按好心
一言九鼎	一意孤行
留得青山在，不怕沒柴燒	寧為玉碎，不為磚瓦全
怨怨相報何時了	父仇不共戴天
忠心耿耿	助紂為虐，為虎作倀
不入虎穴，焉得虎子	膽大包天
足智多謀	詭計多端
破釜沉舟	孤注一擲



名垂千古	遺臭萬年
志同道合	同流合污
見賢思齊	東施效顰
雄心勃勃	野心勃勃
一箭雙雕，一舉兩得	一只腳踏兩條船
不拘小節	不修邊幅

由此可見，語言在社會交流中又扮演了極其重要的角色，它是我們賴以表達思想、感情的交流工具。所以平時講話時，一定要鼓勵社會的每一個成員多講愛語、善語、具有建設性的語言，說話不要有攻擊性，不要有殺傷力，不誇己能，不揚人惡，自然能化敵為友，社會自然會安定。

總而言之，當話一出口，便如覆水難收。俗話說：「水能載舟，亦能



覆舟。」同樣是說話，可以造惡業，也可以說好話、有意義的話。如果我們能夠守口慎言，身旁的助緣便會越來越多，一旦善緣增長，惡緣則會減少，處事就能無礙，人際關係亦能平順、和諧。

調善不飲酒

智慧常增長



調善不飲酒，智慧常增長 四四

中國的酒文化是舉世文明的。高興時要來一杯——人生得意須盡歡，莫使金樽空對月；憂愁時要飲酒——可以解憂，唯有杜康；見到老友時要飲酒——「酒逢知己千杯少」；離別時也要飲酒——勸君更盡一杯酒，西出陽關無故人；有心結時要飲酒——明月幾時有？把酒問青天；對人生迷茫時要喝酒——對酒當歌，人生幾何；祀奉時要敬酒——玉樽盈桂酒，河伯獻神魚……婚喪喜慶，悲歡離合，無不與酒結下不解之緣。無酒則淡而無味；無酒不足以表達情深意切。也有人會拿出現代醫學的證據來說：「酒精會增加身體高密度脂蛋白的濃度，被認為和延長壽命有關」；或是非正式的傳說：「酒精會促進血液循環，有益身體健康」；「每天喝一小杯酒，會延年益壽」等等。總而言之，想要現代人戒酒，難！



其實，五戒之中，前四戒為根本戒，而不飲酒則屬於遮戒。其意為，飲酒本身也不一定構成罪惡，但酒醉使人亂性鬧事，做出很多不理智的事來，引發一系列罪惡，容易犯前四種根本戒（殺、盜、淫、妄）。換而言之，只有持不飲酒戒，才能保持清醒的理智；有理智，才能嚴守五戒中的前四根本戒。正因為如此，不飲酒雖為遮戒，也被佛教列為最重要的戒條——五戒之列。

本文通過分析佛陀制此戒之因緣以及犯戒之危害，探討本戒在當今社會的時空適應性，並進一步探討今人守本戒之必要性、可行性及其現實意義。



(一) 制戒因緣

公元前六世紀，因受吠陀文化的影響，飲酒之風盛行，因為佛教出現之前，四吠陀盛行於印度。吠陀哲學提倡酒的文化，鼓勵人們飲酒。根據婆羅門教傳統，飲蘇摩酒(Soma)^{四五}是讓人們忘記煩惱與困苦、獲得解脫、重新回到大梵天與梵天合一的最快捷方法。蘇摩原為一種蔓草，摘其莖以石壓榨之，得黃色液汁，加牛乳、麥粉等發酵釀成蘇摩酒，甜美可口，大梵天特別喜歡。為了討大梵天的歡心，人們便供養他蘇摩酒。在人與大梵天中，火神將用蘇摩制成的酒奉送給決定每個人禍福的大梵天。梵天一高興，保佑供養人生天，可以長生不老。所以根據吠陀經典，此酒能治癒神人之病，並給與勇氣，能得不死。然佛陀看到的客觀事實是，飲酒使人瘋狂，危害人的身心健康，不但凡夫會為其所亂，即使是證了二乘果位的聖人，也不能逃出酒



毒的病患。在《根本說一切有部苾芻尼毘奈耶》中，有一段記載說：

佛陀在世時，曾於某年的「結夏安居」結束後，帶著弟子們遊化各地。他們到支提國中一村，村落，村民見到佛陀都很恭敬。當佛陀帶著弟子們走出村外，正要朝向拔陀越村的方向走去時，這些敬重佛陀的民眾關心地告訴佛陀說：「那個拔陀越村去不得啊！因為村裡有一所修道院，院裡盤據著一條毒龍，性極暴惡，時常危害我們的莊稼及居民，它住在院內一個水池邊，天上的飛鳥、陸地上爬行的動物及水中的魚等，一靠近就會有生命危險。佛陀啊，您千萬去不得啊！」佛陀微笑表示謝意，不過還是向修道院走去。

佛陀的隨從弟子中有一位善來長老，他在皈依佛陀之前，曾是外道教徒，具有降伏毒龍的神通本領。他自告奮勇要去修道院降伏毒龍，佛陀默許。



於是，善來長老獨自一人前往修道院，在院內某個角落，靜靜地打坐。

沒多久，毒龍果真出現了，牠口吐毒氣要傷害善來長老，而善來長老則以權巧方便，降伏了毒龍。因此四面八方的人對善來長老極為尊重，爭先恐後前來供養他。

一天當他遊化到室羅筏城時，有一位信徒供養他可口的飯菜，但因菜較鹹，一會兒便感到非常渴，這位信徒自思：我所供養的食物極為肥膩，如若供養他冷水，可能會生病，我倒會罪過無邊。倒不如權巧方便，以酒代水，既止渴，又有益健康。於是便拿來美酒供養這位聖僧。這位聖僧一點也不知曉，一飲而盡。然後拿起衣鉢，前往佛住的地方——勝林寺。快要到達時，酒性大發，頭暈目眩，倒在地上失去知覺，衣鉢錫杖滿地皆是，極為狼狽，一陣風吹來，全身裸露，但這位聖者全無覺知。

佛陀和比丘們受供後返回精舍途中，看到善來長老躺在地上，比丘們趕



緊將他扶回精舍，然後把他扶到佛陀面前，讓他躺在地上，頭向著佛陀。酒醉中的善來長老，翻來覆去，後來變成腳朝向佛陀。當他醒來，發現自己的腳向著佛陀，感到很慚愧，馬上起身頂禮佛陀。佛陀問比丘們：「以前的善來長老是不是很尊重佛？」大家回答：「是！」佛陀又問：「現在他的腳朝向我，這樣是否有恭敬心呢？」大家回答：「已失去恭敬了。」佛陀再問：「善來長老先能降伏毒龍，現在還能折伏一隻癩哈蟆嗎？」比丘皆說：「不能，世尊！」此時，佛陀利用此機緣，告誡諸比丘，「喝酒會讓修行者的智慧和毅力消失，失去自持的力量，也會破壞莊嚴端正的形象。所以，大家絕對不能喝酒，要潔身自愛。」從此，比丘僧團中就有了不能飲酒的戒律。這是制酒戒的因緣。^{四六}由此可知，因為酒能使人致醉，神志昏迷，容易做出錯事，所以，佛陀才嚴禁佛子不得飲酒。



(二) 定義

對不同的眾生，戒酒的要求略有不同。對出家眾要求最嚴，對菩薩眾要求最高，現略釋如下。

一、對出家眾的要求

《十誦律》中，佛告諸比丘：「從今日若言我是佛弟子者，不得飲酒，乃至小草頭一滴亦不得飲。佛種種因緣訶責飲酒已，語諸比丘，以十利故與比丘結戒，從今是戒應如是說，若比丘飲酒者波逸提。」四七

根據《大智度》，酒有三種：「一者、穀酒；二者、果酒；三者、藥草酒。果酒者，葡萄，阿梨吒樹果，如是等種種，名爲果酒。藥草酒者，種



種藥草，合和米麴、甘蔗汁中，能變成酒，同蹄畜乳酒，一切乳熟者可中作酒。略說若乾、若溼、若清、若濁，如是等能令人心動放逸，是名為酒。一切不應飲，是名不飲酒。」^{四八} 一句話，凡俱酒色、酒香、酒味之飲料，飲之令人昏醉、放逸，都要戒除。犯此戒必須具足三個條件：

1、是酒——能醉人的飲料。什麼叫做酒？《四分律》中說：「酒者，木酒（果汁酒）、粳米酒、餘米酒、大麥酒、茗有餘酒法作酒者是。」^{四九}

《四分律》進一步說，「酒色、酒香、酒味，不應飲；或有酒，非酒色、酒香、酒味，不應飲；」^{五十} 《十誦律》中更有詳細的解說，「酒者有二種：

穀酒、木酒。穀酒者，用食用麴與米，或用根莖華葉果，用種子，用諸藥草，雜作酒，酒色酒香酒味，飲能醉人者，是名穀酒。木酒者，不用食不用麴米，但用根莖華葉果。若用種子作酒，酒色酒香酒味，飲能醉人，是名木酒。復有木酒，不用食不用麴米根莖華葉果，但用諸種子諸藥和合作酒，酒



色酒香酒味，飲能醉人，是名木酒，及前穀酒皆名爲酒。」

2、酒想——明知是能醉人的飲料。

3、入口——不得一滴沾唇，入口則一咽，犯一可悔罪。這在《十誦律》中有詳細的說明，「若比丘取嘗，咽者亦名爲飲，是謂飲酒波逸提。波逸提者煮燒覆障，若不悔過能障礙道。是中犯者，若比丘飲穀酒，隨咽波逸提；若比丘飲木酒，隨咽波逸提；若比丘飲酢酒，隨咽波逸提；若飲甜酒，隨咽波逸提；若噉麴能醉者，隨咽波逸提；若噉酒糟，隨咽波逸提；若飲酒澱，隨咽波逸提；若飲似酒色酒香酒味，能令人醉者，隨咽波逸提；若酒色酒香酒味，若酒色酒香，若酒色酒味，若酒香酒味，飲者隨咽波逸提。」

二、對在家眾的要求



此戒對在家眾的要求也一樣，佛陀在《如法經》中說，「熱愛正法的優婆塞不應該飲酒，也不指使他人飲酒，也不應該贊同他人飲酒，他懂得：『酒使人迷醉。』因為愚人由於迷醉而犯罪，也使其他人懈怠，應該避開這種罪惡的淵藪，只有愚人才喜歡這種迷醉痴妄。」

五一

三、對菩薩之要求

對菩薩而言，利他是重點，賣酒直接損害他人的慧命，有違背菩薩道，所以菩薩戒中特制「酤酒生罪戒」，「若佛子自酤酒至是菩薩波羅夷罪。述曰：初制意者，耽酒放逸，後必有悔，失自正念，違本心故，作不應作，言不應言，無惡不造，制勿施人，此不共戒。欲樂者，以酒與人，求利心也，酒已屬彼即為究竟，事中言是酒起罪因緣者。唯除破僧餘惡並起。」

五二



(三) 犯戒因緣

本戒犯戒因緣有二：

是酒（酒色、酒香、酒味，飲之能醉人者。）

無重病因緣，飲則咽咽犯（咽咽犯，即咽一口犯戒一次，按口咽計罪）。



（四）本戒之時空適應性

巴利文第五戒的原意為：戒除一切迷亂人心智的東西。因佛教特別強調以智慧而獲解脫，只因公元前六世紀酒最讓人亂性，擾亂人們心智，故理當在戒除之首。後來在通俗弘化時，便將之簡化成不飲酒戒。其實佛陀制此戒之重點不是飲不飲酒的問題，飲酒本身也不一定就是造惡業。比如《十誦律》云，「若但作酒色，無酒香無酒味，不能醉人，飲者不犯。」^{五三}《律攝》中亦云：「酒變成醋，飲不醉人，無犯。」^{五四}即使飲能醉人之酒，若為藥用，也不犯罪。《四分律》中對此有明確之說明：「以酒為藥，若以酒塗瘡，一切無犯。」^{五五}由此觀之，酒字本身不一定就是罪惡的代名詞，所以不飲酒戒未被列入世間共同遵守的倫理軌範——十善。由此觀之，守此



戒時若總是糾纏於飲不飲酒，便是本末倒置，作茧作縛。佛陀制此戒之本懷是戒除一切迷亂人心智的東西，確保人們能消費健康的精神糧食，使我們的智慧一天天增長。從這種角度去觀察，本戒便有了時空適應性。

首先，即使飲食中有料酒，吃後並未起迷亂人心智的作用，不算犯戒；若人生病時，若無酒作為藥引，疾病便無法治愈時，以酒調藥，服後能治病時，酒便成了藥，而非讓人亂性之飲料；若以酒塗瘡（即外科用藥酒），也不算犯戒。

然而即使不是飲酒，一切迷亂人心智的東西都屬犯酒戒。比如，時隔二千五百年的今天，擾亂人們心智的東西特別多，吸煙、吸毒、賭博、看黃色錄相、看不健康的報刊雜誌、玩股票、沉迷電子遊戲、迷戀網絡等便最俱有代表性。只有消費健康的精神食糧，才能確保人們的心靈健康，增長智慧。因此我們理應依據時代的要求將五戒的內涵與外延作適當的擴充，即戒



除一切使人亂性、沉淪、使人玩物喪志的東西，以便準確反映佛陀制定此戒的本意，現詳細討論如下。

一、戒煙

五六

不少學佛的人以為：佛沒有制煙戒，即不妨吸煙。這種想法其實是錯誤的。根據歷史記載，最早有人吸煙的地方是墨西哥，時間是大約在公元一百年左右。歐洲人吸煙的歷史，始自哥倫布，於公元一千五百年開始，而葡萄牙則是歐洲大陸最早種植煙草的地方。因此，佛在世時，香煙及鴉片等毒品尚未出現，根本無從戒。然佛陀戒之本懷是戒除一切擾亂人身心之物，以便增長智慧，具體戒條之制定只不過是應機而擇要的舉例而已。因為酒是當時有害身心健康最典型的代表，因而特別列出來而加以禁止。

五七

由於藏傳佛教成立於煙草出現之後，因其危害甚大，其經典中有關戒煙



的經文便應運而生。大持明者降魔金剛伏藏品中說明了煙草的由來。

於本師釋迦牟尼佛住世之時，有一次在海底龍宮勝王處，正入甚深禪定之時，在第六天他化自在的二位魔女，因愛戀世尊，而來到佛入禪定之處，以各種妖媚之術來迷惑佛陀。而本師釋迦牟尼佛已是身、口、意三業清淨，成就無上正等正覺之人，對於美色及人間俗情之貪愛執著，早已枯竭殆盡，這時佛從禪定中起（即出定），施展神變，作一彈指，這時二魔女漸入昏沈狀態，而後魔女們看見自己形態變老變醜，生大恐慌之心。因此二位魔女想破壞佛之戒體的誘惑無法得逞，而懷恨在心，故各發一毒誓（即破壞人類純潔靈性或障礙道心之願）。其中較年長之魔女取其便溺，拋向中華國，而形成大蒜的種子，另一魔女取自己的胎血說，「我將胎血灑在地裏，願以經血為因生出毒葉，男女俗人尤其是佛門的僧人吸煙，以此過失七世中三代人天眷屬不得解脫，千劫中必定不能從漆黑煙館中解脫出來，毒葉產出的煙草



遍及之處的所有天龍地神八部都被制伏，彼人耗盡所有的壽命、福德，眷屬百姓受用衰減，彼人短命多病、畏懼怨敵，出現各種不幸，後世淪落於十八層地獄中。」

五八

以上經文中所謂的二魔女其實代表了人們心靈深處的貪與愚痴。儘管吸煙傷身體，短壽命，費金錢，致貧窮，但不少人仍然迷於吸煙。藏傳佛經中更明確指出，因吸煙有如下三種危害，故明加禁止：

其一、吸煙者，雖有念佛誦經咒之功德，縱經百劫，亦不生微若芥子許之效果。

其二、吸煙者，平時吸煙為氣所薰染，臨終頂門閉塞，不能往生，反隨煙氣墮入地獄。

其三、煙蒜兩者，一入口中，眾生即當墮入地獄，以其由發反願所生，且於佛前所發反願，較其他一切之力，大而有餘故也。以上三點危害，龍樹



菩薩在藏傳佛經中有更詳細的論述：

「吸煙之害，不生三戒本續中，三毒俱備故也；不生六度本續中，六垢俱備故也；不容觀修生起次第，以其於佛前觸犯其障故也；不容觀修圓滿次第，以一切根本道，為煙所障故也；不容趨至三寶佛殿前，以減少彼等之功德故也。煙氣上行至天宮，觸於天帝釋及梵天等，阻瑜伽道，及修道；下行至龍宮，觸於白龍族眾，阻瑜伽道，及見修二道；中行至人間，觸尋香無色及饒益眾生之護法，令其昏昧，則護法勢力衰弱，而資糧道隔絕矣。若作佛之近侍，則觸佛障，雖有念誦功德，縱經百劫亦不生微妙芥子許之效果；及至臨命終時，於法身出現之際，中脈上端，以為煙所遮，則靈性流轉於下；於中陰報身出現之際，雖現天身，以為煙所覆蔽，無所見而失墮於中陰；於出現化身之際，不得貴族善種眾生之胎，以煙毒根源，是出胎血火中焚化，而成吸者邪緣之因故也。」



清晨吸煙，阻斷動脈流行；臨命終時，不容或現光明；午間吸煙，阻斷靜脈流行；於中陰時，不容或現報身；昏暮吸煙，阻斷中脈上端；於投生時，不容或現化身。何況煙氣惡劣，當為諸善士所共棄也。大蒜及葱，攝彼類中，亦應永斷，而以煙草毒害最甚。若不戒斷，終必符合世尊已往金口誠言。今世貧窮，漸至墮於惡趣，色身不美，而受生於污穢之處，蓋吸煙者，多半生於不淨之中，及食便溺者之族類中也！

戒除之法，須向三寶前，作虔誠念，於諸有情，生慈悲心，常誦伏魔咒，乃能淨除矣。吸煙成癮之人，有以仇視心理，願誓戒除；而終不能戒除者，以有昔日魔女惡願加持，生生世世，未曾捨棄。故非下大決心，求佛加被不可。」

龍樹菩薩在以上經文中論述了煙草之害，較五葷尤烈，讀之令人毛悚！念佛持咒人，若有煙癖，最為護法神所惡，不為呵護，天龍八部，亦最畏煙



氣薰障，人間煙氣熾盛，則早魃爲虐，雨量不調，災害並至！人若平時爲煙氣所薰染，臨終時，神識即隨煙氣墮入地獄，蓋煙氣閉塞頂門，不能往生，平時雖念佛持咒功深，斯時亦作不得主，思之更爲可怖！

吸煙之過患在藏傳佛經論典中還有大量的論述。《金色律藏》中云：「末法濁世之毒物，出現十八種煙草，凡接觸者轉地獄，後世不生悅意境。」《具光律藏》云：「濁世末時之煙草，口鼻享用諸罪人，今生貧窮如餓鬼，來世將於百劫間，住於嚎叫地獄中。」

歷代祖師大德更是著書立說，加以禁止吸煙。鄔金蓮師曾經說：「依此臭味不淨煙，雖然終生修本尊，不會成就一本尊。諸守舍神離彼去，諸護法神遠離之，境神地神亦逃離，洞神家神財神離。冒犯兇惡之天神，病痛死亡災難起，每一年中漸衰敗，人蓄眷屬現惡兆。」伏藏大師桑吉朗巴說：「享用大量惡臭具毒煙，永不饜足反增大貪愛，口水鼻涕不止失光彩，死後來



百次轉生地獄中。」伏藏大師繞那朗巴曾經說過：「凡觸口氣感受煙味者，等同挖出六百萬人心。」持明者夠多巴說：「濁世末期惡臭煙，僅聞味墮無間獄，是故今斷極重要。」持明者降魔金剛是這樣說的：「青葉煙葉口中吸，沙子灌入耳朵裏，僧俗男女聚集鬼，破誓言者遍山谷。被魔所欺之象徵，貪欲之心屢屢生；滅盡福德之象徵，彼作庸俗之行爲；諸不吉祥之象徵，眼淚不由自主流。」持明者龍薩釀波說過：「享用惡物煙之時，以食殺害親密友。」瑪吉拉卓空行母曾說：「正當末世具諍時，五毒具全之惡物，由經漢土而出現，流布蒙古之領域，煙草傳入此藏地，是故於此瞻部洲，雨水不調霜雹起。修行之人若吸煙，百劫本尊不成就，後世永遠漂惡趣，三寶大悲不能救。」全知多哦巴尊者說：「毒葉之味遍何方，持教大德現壽障，天龍發怒旱災起，後世直下墮地獄。」大班智達羅桑秋堅曾經說：「骯髒煙味霜雹起，出現種種不幸事，果報未盡聞煙味，有情投生於



地獄，餓鬼旁生等惡趣，以及八無暇之處，智者誰不警惕此？」阿底峽尊者曾說過：「誰人倘若依煙草，五毒煩惱盛似火，今生受謗及譏毀，死後恒時轉惡趣，縱投生人成瘋子。」持明無畏洲說：「諸位上師若吸煙，凡結緣者墮惡趣；諸位長官若吸煙，所有屬下墮惡趣。」宗喀巴大師曾經說：「以邪願魔之毒物，不必說是直接用，甚至藥中配煙草，七日服用則病人，醫生二人七劫中，地獄之中不解脫。」阿哦仁波切是這樣說的：「倘若指甲上放少許煙而吸，罪業以誦一億觀音心咒亦不能懺淨，煙乃一切過患之根源，凡有關聯之人均被引入惡趣。」新龍喇嘛降魔蓮花尊者說：「吸煙的人，身體之脈以及梵穴被煙阻擋，神識無法往生，肺等內臟及顱內積煙垢，蒼鷺都不吃他的屍體，凡與之結緣者均轉生惡趣。」阿哦丹真達吉說：「口中吸一支煙草，及吸少量之鼻煙，較殺十八人和馬，罪過勝過九倍也。」嘉揚夏巴（文殊歡笑）尊者曾經說過：「依此惡臭之煙草，引惡



業眾墮惡趣，除地獄之外無去處，貪愛黑毒極其重。煙汁不離彼身體，煙鍋煙角及煙袋，置於枕旁而死去，口鼻之中出煙汁，見屍之人斷貪煙。屍體毒肉鳥不食，住於惡趣不解脫。」此外，持明者降魔金剛又說：「僅聞煙味者，世所積資，善根剎那毀，後人當戒煙。」伏藏大師繞那朗巴說：「於壇城前若吸煙，智慧本尊不降臨，一切冤魂諸魔障，如同爛肉蒼蠅聚。」

鄔金蓮師也強調說：「法王應供上師等，利眾傳承繼承者，此煙草物吸體內，中斷清淨之傳承，投生亦是魔化身。」降魔金剛尊者再次說：「僅僅嗅聞煙味者，雖是八地大菩薩，亦轉黑繩獄一次。」夏嘎巴尊者說：「誰人若吸惡物煙，中脈之內遍黑暗，經血脈孔永阻塞，縱然圓滿佛降臨，死時無法令往生。」薩迦班智達曾說：「依靠教證知此理，貪執經血毒煙味，設法傳播自他者，乃是惡魔之兒子，凡結緣者墮地獄。」夏嘎湊哲揚珠尊者又說：「有吸煙草心思想者，不僅直接僅夢中，亦不生念當發願，若生護



法飲心血。」

五九

由此可見，佛經以及歷代祖師大德對戒煙之論述甚多。當今醫學界研究成果以及活生生的殘酷事實進步證實，佛經、歷代祖師大德教誡之科學性。醫學界研究成果證實吸煙對人人都有害處。吸煙不僅導致多種致命的疾病，傷害人們的身體，危害下一代、社會和他人，而且也會影響一個人的個性、情緒和心識。詳細討論如下。

1、對下一代的危害

吸煙對下一代的健康成長極為不利。最近有報告指出，在西方國家，年輕婦女吸煙的趨勢有所上升，估計有四分之一，年界十八至廿二歲的女士吸煙。在九零年代的報告顯示，於發展中國家裏，界乎五分之一至三分一的孕婦是煙民。專家認為，女性吸煙（或吸入二手煙），對下一代的影響極大。吸



煙與不孕症有極大的關係。香煙中的尼古丁有致血管收縮的作用，婦女子宮血管和胎盤血管收縮，不利於精子著床。一最新研究指出，那些需要用多於一年時間才受孕的婦女中吸煙者比不吸煙者多近三倍半。即使有身孕，吸煙的產婦，嬰兒出生時的體重，會比不吸煙的產婦輕一百至三百克，而吸煙越多的產婦，對胎兒體重的影響則越嚴重（如每天多過十支香煙）。孕婦吸煙會增加產前出血、胎盤前置利胎盤脫落的機會，這些情況會影響嬰兒生存的機率，估計死亡率大約均增加百分之三十。吸煙的孕婦，在二十七周前破羊水囊的機會會增加，同時亦容易在三十二周前早產，而早產自然會影響到嬰兒出生後的生存率。吸煙孕婦所生產的嬰兒，發生嬰兒猝死綜合症（sudden infant death syndrome SIDS）的機會率會是平常的一倍半至五倍，根據統計，百分之二十七的SIDS與產婦吸煙有關，而SIDS通常會發生在嬰



兒出生後上至六十七日內。

更嚴重的是，媽媽在懷孕期內吸煙，香煙在燃燒過程中所產生的苯丙蔥昆有致細胞突變的作用，對生殖細胞有損害，卵子和精子在遺傳因數方面的突變，直接影響胎兒的腦部發育，導致這些嬰兒畸形和智力發展遲緩，同時這些小孩患有先天性缺陷。兒童癌病和呼吸道疾病的機會率亦比一般兒童高。

專家研究進一步表明，婦女在懷孕二十周以前減少吸煙支數或停止吸煙，所生嬰兒重量可接近於非吸煙者的嬰兒，但仍有先天性異常的危險，這是由於在懷孕早期階段或者甚至懷孕前吸煙所引起的。因此，在準備要懷孩子時，爲了下一代的健康成長，夫婦雙方應提前停止吸煙。

2、對青少年的危害



在青年時期吸煙，未必會對健康構成即時的威脅，但長期吸食尼古丁肯定會損害身體的正常生長及壽命。在青年時期開始吸煙並以後持續吸煙的朋友，兩個人當中，其中一人會最終死於與吸煙有關的疾病。除了對健康有影響外，吸煙亦會對容貌上有著壞影響。香煙中的焦油是一種啡黃色的黏性物質，令吸煙者之手指及牙齒變黃，有失尊嚴；吸煙人臭，身上有一股強列的怪味，招人厭惡；吸煙影響味覺及嗅覺；有研究進一步指出，吸煙人士臉部出現皺紋、灰髭及脫髮等未老先衰之跡象，他們的外觀亦比實際年齡大。爲了有一個健康的身體，英俊又有朝氣的迷人容貌，我們就必須從青少年起對吸煙說「不」。

3、對成人之危害

對男性來說，吸煙會導致不育。吸煙與男性的精子異常及陽萎等問題有



關連。由英國醫學聯會 (British Medical Association) 及ASH 共同發表的報告指出，在英國大約有十二萬名界乎三十至四十歲的男士，會因吸煙而導致陽萎。陽萎是可避免的吸煙副作用之一。最近亦有報道談及，吸煙男士參與體外受孕治療失敗的機率，比不吸煙的男性大兩至三倍。

對女性而言，在服用口服避孕藥的女士，吸煙的比不吸煙的患上心臟病、中風或其他心血管疾病的機會高出十倍。所以吸煙的女性，在三十五歲後，是不可以用含有雌激素的避孕藥的。在懷孕之前或懷胎期間吸煙，會對母親本身及嬰兒帶來危險。吸煙亦與月經及提早閉經問題有關連。平均來說，女士吸煙者的閉經時間會比不吸煙的早兩年，而女士吸煙者，有較高危險患骨骼疏鬆症。對成熟的男女雙方來說，爲了維持和諧的家庭生活，請戒煙。



4、對身體之傷害

煙草每年導致全球大約四百萬人死亡。即每天大約有一萬一千人是死於由吸煙所引致的疾病。依據目前的趨勢，相信在二〇二〇年代後期，死亡人數會上昇至每年一千萬。至於中國，英國牛津大學的皮托教授指出，中國的老百姓不了解與吸煙有關的風險，很多人認為吸煙是很自然的，因而造成每三個中國成年人當中就有兩人吸煙。中國佔全世界總人口的百分之二十，但卻消耗全世界百分之三十的香煙。中國目前每年有一百萬人死亡於吸煙有關的疾病。不僅如此，一些醫生警告，除非人們戒除吸煙習慣，否則未來的死亡數字將倍增。假若目前的年輕吸煙者到中年後，每年的有關死亡數字將達到三百萬。世界衛生組織對中年人士身體健康狀況之研究顯示，在全球發達國家中的三十五至六十九歲人士的死亡個案中，最少有百分之三十是由煙



草所引起的併發症所造成。以歐洲地區為例，每年大約有一百二十萬人由於煙草產品引致死亡。其主要原因是因為一支燃點著的香煙會釋放出四千多種有害的化學物質，當中以尼古丁、焦油及一氧化碳對身體的影響最大，被稱為香煙三大殺手；氧化氮和一氧化碳都是有毒的氣體；氰化物、苯、甲醇、甲醇、乙炔和氫等四十多種已知的致癌物質……據科學研究顯示，這些有害物質嚴重傷害人們的胃、消化道、呼吸系統、神經系統和血液循環，增加心律不整、皮膚病、肺癌、膀胱癌、大腸癌等的發病率。為了增加人們對吸煙危害健康之認知，現對因吸煙而引發的最嚴重和最流行的疾病略加討論。

心臟及血管

香煙中尼古丁會使血小板黏性提高，加速血液凝固，因而容易造成血凝塊阻塞血管，引起心肌梗塞，令吸煙者容易患上冠心病（冠狀動脈心臟



病)。因吸煙而導致的心臟病死亡率佔全部的二十五。五十歲以下吸煙人士的患病率提高九至十四倍。吸煙令血管收宿，減慢血液及氧份循環，最終導致血管壁變厚及變塊，誘發冠心病及中風。同時，一般正常人血液中的一氧化碳含量在百分之一以下，而吸煙者卻可高達百分之十五。這種無色無味的有毒氣體，與血紅素的結合力是氧氣的二百倍。所以當一氧化碳進入人體後，會優先和血紅素結合，血液中的一氧化碳血紅素濃度增加，血液攜氧能力將相對減少，因而形成缺氧現象。長遠而言，正常血液循環會因而受阻，思維跟判斷力都受到影響，更導致脂肪積聚，增加患上心臟病和中風的機會。因此吸煙會令手脚之血液流通完全受阻，以致肢體要被切除。因為吸煙引致外周血管疾病而需要切斷一隻或雙腳的個案中，百分之九十皆由吸煙所致。以英國為例，估計類似的個案每年達二千宗。到一九九〇年，美國每年有十萬人需要接受比類手術。



肺部

香煙中的焦油中包含不少致癌物質如硫化氫、二氧化硫、一氧化碳等，它們能阻塞及刺激氣管及肺部，引起咳嗽；玷污肺部組織，令其失去彈性，直接影響肺部功能，可導致口腔癌、喉癌、肺癌等。因此吸煙會引致肺病。根據世界衛生組織對歐盟十五個成員國的研究，在一九九八年，估計患肺癌死亡的個案中，估計百分之八十二為吸煙所引致。一個人每天吸食十支煙，其患病率是非吸煙人士之十倍。被破壞了的細胞不能回復正常。初期病徵不會被察覺，直至癌性細胞漫延至血管及其它器官。吸煙引致肺氣腫。肺部支氣管內積聚之有毒物質，會阻礙人體吸入之空氣正常呼出，令肺部細胞膨脹或爆裂，導致患病者呼吸困難。肺氣腫是香港五種首要留院治療病症之一。



腦部

吸煙會引致多種腦部疾病。吸煙會減低循環腦部之氧份及血液，腦部血管出血及閉塞，而導致麻痺、智力衰退中風。吸煙是引起中風的危險因素。原因是吸煙可引致腦部血管痙攣，使血液比較容易凝結。吸煙者中風機會較非吸煙人士高出兩倍。

喉部

吸煙可導致喉癌。喉癌是一種頗常見的癌病。患者以男性居多。資料顯示吸煙是導致喉癌的主要原因。而大部份喉癌患者都有吸煙的習慣。

支氣管



吸煙是導致慢性阻塞氣管疾病的主要發病因素。因為吸煙能引致支氣管上皮細胞的纖毛變短根據世界衛生組織對歐盟十五個成員國的研究，在一九九八年，患慢性阻塞性氣管病（當中包括慢性支氣管炎及肺氣腫）而死亡的個案中，估計百分之八十三為吸煙所引致。

糖尿病

糖尿病（即非胰島素依賴型）亦會被吸煙影響，在一研究中：對象為四萬多名男性醫護專業人士，年齡界乎四十至七十五歲，本身沒有糖尿病；研究結果顯示，吸煙與患上糖尿病有著直接關係。與不吸煙者相比，那些每天吸煙二十五支或以上香煙的男士，有著較大危機患上糖尿病，這可能是由於他們長年累月因吸煙而影響到胰島素的分泌或敏感度。

綜上所述，吸煙導致肺癌、心臟病、口腔癌等各種疾病。然而當中有許



多疾病，都能因及早戒煙而得以防止或減輕對健康的損害。根據世界衛生組織的資料顯示，當一個患有心臟病的吸煙者決定戒煙，身體會有即時的好處，禁煙一天已可減低心臟病發的機會。減少血液不正常凝結容許心臟輕易在體內輸送血液及氧氣。戒煙一年後，患心臟病的機會較吸煙者少一半。戒煙五年後，患心臟病的機會與不吸煙者相同。再者，在心臟病發作後戒煙，可令復發機會減半。戒煙兩年後，中風的機會亦大大減低。故此，戒煙對一個人的健康至為重要。

5、吸煙上癮，影響心智

尼古丁是一種烈性的興奮劑，可以刺激中樞神經，令人上癮。每支香煙含一至一點五毫克的尼古丁，其中有百分之二十四由吸煙者在吸煙時直接吸入（同時吸入六十至七十毫克的尼古丁會致命）。當吸入香煙時，尼古丁便



會直接湧入肺部。之後便由帶氧的血液經過心臟再轉送到腦部。在短於十秒的時間內，一股濃縮劑量的尼古丁便傳送到腦部的血管，並產生一種尼古丁效應。經過一段時間後，吸煙者的腦細胞爲了適應腦內化學物質的不平衡而要增加尼古丁的受體，其後，吸煙者的身體已適應定時吸入的尼古丁而對它產生依賴，因而產生了煙癮。^{六十}一旦上癮之後，控制人們的思維活動，影響人們的心智。

首先，長期吸入尼古丁會導致腦細胞痲痺，引致失憶、工作能力減低、甚至中風。其次，吸煙一旦上癮之後，非常難戒除。若不能及時獲得想要的煙，整天呵欠不斷，咳嗽、頭暈、四肢疼痛；萎靡不振，焦慮緊張、睡眠障礙、情緒不穩定、沒有耐性、坐立不安、飢餓、喉乾舌燥、無法集中、精神不集中，嚴重影響工作效率。再次，人的身體是有一定規律的，累了就應該休息；若借助煙力，強打精神苦幹，長此以往，對身體是極大的傷害。



6、對他人的傷害

吸煙者吸啜香煙時吸入肺部後再呼出的煙氣，稱為「主流煙」，主流煙只佔所有香煙煙霧的百分之十五；而煙草燃燒時直接釋放出的煙氣，約佔百分之八十五，稱為「支流煙」。二手煙霧中的粒子會與周圍的空氣結合，形成其他化合物，其煙霧含有焦油、尼古丁、苯并芘等四千多種的化學粒子和一氧化碳、亞摩尼亞、甲醛、丙烯醛等有毒氣體。這些粒子在停止吸煙後仍能停留在空氣中數小時，可被其他非吸煙人士吸進體內，亦可能和空氣的衰變產物混合一起，對人體健康造成的傷害並不下於吸煙人士直接吸煙入肺部。所以二十年前，美國國家環境保護處（US Environmental Protection Agency）已將二手煙列為「甲級致癌物」，因為二手煙中至少含有四十種在人類或動物身上可引致癌病的化學粒子，而且室內通風系統不能有效將之



清除。世界衛生組織 (World Health Organization) 的國際癌症研究組 (International Agency for Research on Cancer) 今年發表的專題計畫報告再一次肯定二手煙對人類的致癌性。

同時根據研究發現，如果在一個家庭中，有一個或以上的同住成員吸煙，嬰兒於出生兩年內，吸入二手煙會容易患上急性下呼吸道疾病（如肺炎、細支氣管炎、氣管炎）；兒童會有較大機會患上呼吸疾病（如咳嗽、氣喘、痰多），損壞肺部功能和減緩肺部發育；如果丈夫有吸煙的習慣，妻子即使本身不吸煙也會較容易患上肺癌和心臟疾病；在公共場合，「環境二手煙」會增加患肺癌的機會、增加百分之二十至五十患冠狀動脈疾病的危險性、增加每年因心臟疾病而死亡的機率、降低肺功能和增加呼吸道疾病等。

當今佛門強調戒煙還有一層含意，若想戒酒，必須戒煙，因為吸煙與飲



酒自古以來便是一對孿生兄弟。《酒精中毒：臨床與實驗》雜誌上的文章指出：嚴重酗酒者若想戒酒，必須要戒煙。這項實驗的主要撰稿人、多倫多大學藥理學副教授、上癮與精神健康中心高級科學家利德桑指出，大約有百分之八十到九十五的酗酒者都有抽煙的習慣，而非酗酒者中有百分之三十的人有吸煙的習慣；另外，有百分之七十的嚴重酗酒者同時又是大煙鬼，每天吸煙超過一包。相比之下，非酗酒者中，只有百分之十的人每天抽煙會超過一包。由此可見，酗酒的人當中，吸煙者遠遠超過非吸煙者。其原因是，吸入體內的煙裡所含的尼古丁和酒精都能影響大腦的同一個系統。進入大腦以後，尼古丁就會刺激一組名為尼古丁感應體的蛋白質，增加酒精的消耗量。

總而言之，雖然五戒中並沒有獨立的戒條戒煙，但佛陀制定戒條的本懷是幫助我們在心靈深處產生一種防非止惡的功能（戒體），並以此營造一個理想的環境，幫助眾生修行，達到自利利他的目的。科學證明吸煙對個人的



身心健康危害極大；二手煙傷害他人健康，吸煙害人害己，有百害而無一益，修行之人理應戒除。正因為如此，歷代高僧大德極力闡明吸煙不僅危害健康，而且是擁有健康精神生活最大的障礙。因此戒煙與戒酒同等重要，豈可等閒視之！因此是不是信奉佛教，都不應該有抽煙的惡習；已吸煙者應戒除此惡習。

二、戒毒

以國際公約為依據，有依賴性的藥物或物質分為三大類：

a、麻醉藥品

1、鴉片類：包括天然來源的鴉片以及其中所含的有效成份，如嗎

啡^{六二}，可待因，也包括人工合成或半合成的化合物，如海洛

因^{六二}，杜冷丁等。



b、精神藥物

- 2、可卡因^{六三}，古柯葉，古柯糊
- 3、大麻^{六四}

- 1、鎮靜催眠藥和抗焦慮藥，如巴比妥類，苯二氮卓類等
- 2、中樞興奮劑，如苯丙胺，甲基苯丙胺（冰毒），MDMA等
- 3、致幻劑

c、其他

- 1、煙草
- 2、酒精
- 3、揮發性溶劑



4、藥物成癮者

吸食這些毒品後的症狀爲：

1、輕度多話、躁動不安、噁心、嘔吐、失眠、臉部潮紅、身體顫抖、散瞳、盜汗等……

2、中度以上症狀加劇，並有意識混淆、胸悶、發燒、反覆性動作、極度驚慌、錯覺、幻覺、高血壓、心跳過速。

3、重度以上症狀加劇，並有高燒、昏迷、抽搐、腦出血、心律不整、心臟衰竭、休克死亡。

吸毒對身心健康、家庭、社會之危害，是不辯的事實。

1、對身體之傷害

毒品對人體的作用首先損害人的大腦，影響中樞神經系統功能，其次是



影響心臟循環及呼吸系統功能，還會影響正常生殖能力，并使免疫功能下降，容易感染各種疾病。吸毒者往往面色蠟黃，身體消瘦，嘴唇焦黑，神色漠然。嚴重的則喪失勞動能力，以至日漸衰竭而死亡。吸毒者在毒癮發作時，輕者頭暈、耳鳴、嘔吐、涕淚交流、兩便失禁、渾身打顫；重者有如萬蟻噬骨、萬針刺心、萬咀吮血、萬蠱斷筋、萬刃裂膚，求生不得，求死不能。這時，吸毒者往往是喪失人性，喪失理智。他們四肢痙攣，鬼哭狼嚎，或撞牆或自傷，弄得鮮血淋漓，甚至自殺。

2、對心靈、人格之傷害

一旦吸毒成癮，根本就無法支付這筆費用，何況那些尚未步入社會的青年，他們沒有經濟來源，只要染上這一惡習，勢必落到「男盜女娼」的下場。而當他們無法忍受這種精神上和肉體上的殘酷折磨時，除了自殺，別



無他路。

3、對家庭的危害

吸毒使人道德泯滅，人格變異，不顧念親情，拋卻社會責任感。家庭中一旦出現了吸毒者，家便不成其為家了。吸毒者在自我毀滅的同時，也破害自己的家庭，使家庭陷入經濟破產、親屬離散、甚至家破人亡的困難境地。

4、對社會生產力的巨大破壞

吸毒首先導致身體疾病，影響生產，其次是造成社會財富的巨大損失和浪費，同時毒品活動還造成環境惡化，縮小了人類的生存空間。

5、毒品活動擾亂社會治安

毒品活動加劇誘發了各種違法犯罪活動。絕大多數的吸毒者為獲取毒品



從事盜竊、搶劫、賣淫等違法犯罪行為，擾亂了社會治安，給社會安定帶來巨大威脅。

6、吸毒與愛滋病

吸毒是引起愛滋病的重要原因，吸毒者可能通過以下兩種途徑感染愛滋病病毒：（一）吸毒者之間共用被感染的不潔注射器，在靜脈內注射毒品，致使愛滋病病毒在吸毒者中傳播；（二）吸毒者往往有性淫亂行為，這也是傳播愛滋病的主要原因之一。

目前盡管大家都知道吸毒是罪惡的根源，但吸毒之人有增無減。《中國的禁毒》白皮書透露，中國的吸毒人數正逐年上升，九一年全國只有不到十五萬的登記「癮君子」，但到了去年，吸毒人數已激增至六十八萬。而國家禁毒委員會的專家估計，全國的實際吸毒人數達到四百萬以上，他們幾



乎遍及全國的每個縣市。由此可見，目前社會吸毒嚴重到何等的程度！這進一步說明今天高僧大德們把戒毒立入佛門必守之清規，具有很大的現實意義。

三、戒色情電視、電影和雜誌

在利潤的驅使之下，目前的電視、電影和雜誌難免以暴力、仇恨、性變態、色情以及恐怖等內容來迎合市民大眾。若一個人，尤其是青少年意志不堅定，其心靈很容易受到腐蝕與麻醉，浪費了寶貴的時光是小事，有些可能因此而墮落，走上犯罪道路，給他人或社會造成災害。譬如前不久有一位校長被小學生活活刺殺死亡，他在懺悔時說，他不知自己都做了些甚麼，只覺得模仿電視、電影情節有趣。由此可見，色情電視、電影和雜誌這些精神麻醉品腐蝕我們的身心，毒害我們的家庭，摧殘我們的社會。我們必須利用一切力量創造有益的精神資糧，使我們的周圍充滿清新空氣。



四、不迷戀電玩遊戲、戒賭博

賭博、投機事情、玩股票、打電腦等容易令人沉迷，一旦染上，就無法自拔。以賭博為例，有了賭博習性之後，生活幾乎都被賭博占據，一有賭博的機會就興奮；心存僥倖，增加賭博本錢；失敗後一再努力控制、停止、減少賭博皆失敗；企圖減少賭博時會坐立不安或易怒；時常因賭博失敗帶來心理及經濟上重大壓力與負擔而感到孤立無助、罪惡、無信心、焦慮與憂鬱，進而用賭博作為逃避現實問題或解脫惡劣心情的一種方式；常因為想贏回損失而再賭，只要一發薪水或手上有金錢時，就無法自拔，甚至有時把自己身邊錢輸光後，還用各種理由向朋友親人借錢賭；為了賭博而從事非法活動；由於賭博已失去一種重要的人際關係、工作、或教育或事業的機會，賭博造成財務狀況極度惡劣，形成惡性循環……由此觀之賭博嚴重傷害個人的身心



健康，打亂其社會角色、職業、或其它生活領域中的正常秩序，應戒之。

綜上所述，抽煙、吸毒、嚼檳榔傷害我們的身體；玩股票、賭博、迷戀遊戲，令人不務正業，玩物喪志；言不及義、色情、暴力、低級趣味的雜誌、視電等使人誤入歧途，戕害民眾的純潔善良的心靈程度，比有形的鴉片煙毒更可怕……所有這一切，都是傷害人們心智的精神毒品，既損人又不利己，和酒一樣，都必須戒除，以便確保消費健康的精神食糧！



（五）本戒的社會意義

目前吸煙、酗酒或吸毒現象日趨嚴重，情節輕者酒後人們感到懶洋洋的，不積極進取做事，酒醒後人也是無精打彩，整個社會就會變得有氣無力的。所以在任何一個國家，飲酒和勞動力緊密地連繫在一起。酗酒有損健康，直接損傷一個家庭的勞動力。如果一個國家失去了勞動力，這個社會就會衰退。只要國人中大部分人酗酒，這個社會就不可能發展，只要家庭中的主要成員酗酒，這個家庭就很難興盛！只要一個團體中大部分人酗酒，這個團體就不可能有活力！如果一個社會大多數人都是老弱病殘，這個社會的生產力就會下降，生活水準就會降低。所以勞動力是提高生產的重要因素。這非常重要。因為在公元前六世紀的佛陀時代，沒有現代科技，沒有大機器生



產，是農業社會，只能靠勞動力去生產，所以強而有力的勞動力是社會繁榮的重要條件，酗酒與強而有力的勞動力從來就不可能在一起。所以佛陀要求我們要持不飲酒戒，道理就是這兒。

同時如果一個人酗酒、吸煙及吸毒成性，這不僅有害他人的健康，也對他的家庭造成很大的傷害；雖然路況、視線、車速、有無繫安全帶以及相關的心理環境因素都有可造成車災，不過飲酒確實扮演重要角色。飲酒之後，會影響注意力、意識清醒度及操作能力，容易發生車禍。交通事故不僅對他本人是一大損失，對無辜的受害者及其家屬也帶來極大的痛苦；若酗酒成性，喪失理智，聚眾滋事，鼓動鬧事的情緒和衝動，造成傷亡之外，也會間接造成相當多家庭糾紛及暴力行為，對社會的安定構成直接威脅，帶來很大的社會問題。所以持不飲酒戒對個人的幸福、家庭的和睦以及社會的安定無疑都具有重大的現實意義。



（六）如何持酒戒

世人常說：「酒是五谷、水果所做，飲酒適量，強身健體，又不會殺生害命，爲什麼要戒？」這話看起來有道理，但哪個喝醉酒的人願意喝醉？第一杯酒是人勸你的，第二杯酒是自己想喝，第三杯酒是酒要喝酒了，不醉不止。只有讓人們了解飲酒對身心之危害，也許能喚醒沉迷於酒的人們之覺醒。

一、影響下一代

酒精可使生殖細胞受到損害，使受精卵不健全；懷孕期間酗酒，將危及胎兒，甚至引起酒精性胎兒症候群。據說，酒精在人體內貯存時間較長，加



之受酒精侵害的卵子也很難迅速恢復健康，酒精在胎兒體內代謝和排泄速率較慢，對發育中的胎兒造成各種傷害，包括胎兒畸形、胎死腹中、生長遲滯及行為缺陷等；出生後智力低下，甚至成為白癡。據美國華盛頓大學的一項研究表明，孕前一週內即使「適量」飲酒，也會抑制胎兒生長，使新生兒體重減輕。他們觀察了一四四名孕婦，發現在懷孕確定前一週每日少量飲酒，娩出的胎兒體重平均少二二五克，尤其對男嬰影響更大。常年飲酒的婦女，如果能在受孕前半年不飲酒就更好些。因此，為了使後代健康成長，發育正常，孕前千萬不可飲酒。

二、對身體之危害

酗酒對身體有百害而無一益。酒的成分主要是酒精。當酒精被胃、腸吸收進入血液運行全身以後，除少量從汗尿及呼出的氣體中以原來的形式排出



外，其餘大部分由肝臟代謝。肝臟首先把酒精轉化為乙醛，進而變成醋酸被利用，但這種功能是有限的，所以，隨著飲酒量的增加，血液中的酒精濃度也隨之增高，對大腦、心臟、肝臟、生殖系統都有危害。飲酒初期，有人認為飲酒能幫助睡眠，也許喝醉了以後好入睡，但是酒精對於腦部的睡眠生理有干擾作用，它會讓你睡不安穩、淺睡及早醒等等，無法達到充分休息效果，進而失眠，夢魘，生理時鐘改變；習慣性周期一宿醉，工作上常失神；以得到酒精為第一要務與避開家庭和朋友去喝酒；當別人建議喝太多時，會覺得罪惡或不安。酗酒晚期症狀是：一、常眼前一片黑暗，記憶力衰退，易健忘、手腳發抖；二、震顫性譫妄（震顫、幻覺、迷惑、流汗、心跳加速）；三、肝臟疾病（慢性肝病、黃疸、內出血、腹脹）；四、神經功能減退（手腳麻木、性慾減低、性能力衰退、迷惑、昏迷）；五、鬱血性心衰竭（喘、下肢水腫）。現擇其要者討論之。



1、酗酒與肝臟疾病

酒精分解及解毒主要是在肝臟內進行，對一般人而言，若要肝臟將酒精完全去掉，大約需要十二個小時。每日的酒精量超過罐裝啤酒二罐以上就會造成肝臟的傷害，持續不停的喝酒二到五年以上，肝硬化就會造成，可能引起急性酒精性肝炎、脂肪肝外，肝硬化、肝癌的罹患機會亦大為提升。

酒精性肝硬化的徵兆當一個長期多量飲酒的人，肚子突然大起來，但臉頰卻瘦下去時，就是這個人已在不知不覺中，變為酒精性肝硬化症了。腹部大起來是因為腹腔內積水所引起（腹水），也就是肝硬化症晚期症狀之一。更有一些病例，雖然在不知不覺中已變為酒精性肝硬化症，但因為還沒有其他的症狀，如腹水的出現，而沒查覺到。因此，酷好喝酒的人，應該常常接受肝功能檢查及醫師的診察，做為早期發現治療的線索。其他症狀，如胸前部的蜘蛛狀血管性小紅痣及肝臟腫大。



2、酗酒與心臟血管疾病

酒精性心臟病變之初期，係慢慢的發生輕微胸痛、心律不調，再逐漸形成心臟擴大或造成心室衰竭。而酗酒更和高血壓有密切關係，酒精可升高血壓，因此更容易造成中風或突發性心臟病。

3、酗酒與消化系統疾病

酒精可刺激胃粘膜，引起慢性胃炎，同時刺激胃酸分泌，對胃潰瘍患者更加不利；此外，長期酗酒更易引起急性、慢性之胰臟炎，嚴重患者甚至有糖尿病發生；而酗酒者經常引起嘔吐，亦會造成食道粘膜裂傷。

4、酒精與糖尿病



1、酒精會降低肝臟合成血糖的能力，若同時服用降血糖藥，可能會產生低血糖現象。

2、許多酒精性的飲料都含有糖份，因此飲酒過量容易產生暫時性血糖過高現象。

3、酒精也能造成高血糖及脂肪代謝不好的影響，所以糖尿病患者只能有限度的飲酒，但是病患若已產生糖尿神經病變，就必需要戒酒，因為酒精會加重神經病變的程度。

5、酒精與高血壓

1、酒精會升高血壓，高血壓的病人若能減少飲酒量，有助於高血壓的控制。

2、因為高血壓會造成中風，若能減少飲酒也能減少中風的機會。



6、酒精與癌

在美國，國家第三癌症調查中心發現：嗜飲酒者與上消化道癌（咽、喉、牙齦、口腔、唇及食道癌症）結腸癌、直腸癌、乳癌及甲狀腺癌均呈現有意義的關連性；胃癌及胰臟癌則被警告亦有關連。例如，在歐美一帶研究顯示，烈酒與口腔癌間有密切的關係，有五成的口腔癌患者有酗酒習慣；酗酒者得口腔癌之機會為偶而喝酒者的十五倍。酗酒又抽煙者比例更高。長期酗酒為罹患肝癌的高危險因素。B型肝炎病患若有飲酒習慣，則發生癌症的機率更大。

酒精致癌的因素：（一）含有一些致癌物質或被致癌物所污染，容易引發癌症。（二）易誘發黏膜組織發炎。（三）是一種刺激物，可能會破壞黏膜壁，而使致癌原容易侵入上皮細胞。（四）酒在身體內代謝成乙醛，再代



謝成醋酸。乙醛對細胞造成傷害，容易轉變成癌細胞。（五）酒精可能會破壞細胞的結構，使外界物質進入細胞內。（六）是一種良好溶劑，酒精能使某些致癌物質溶解其中，並加速其吸收及運轉。（七）酒精中毒及營養不良，使身體免疫力降低，更增加癌症的罹患率。

7、酗酒與自殺

酗酒者平均壽命比一般人少十至十五年，根據美國統計，酗酒者自殺率更比正常人多六倍。

由此可見，酗酒對人體會造成肝功能異常、脂肪肝、肝硬化、肝癌、食道、胃、十二指腸出血、急慢性胰臟發炎等消化系統疾病；神經系統方面則會造成周邊神經及肌肉病變，導致手腳麻痺及無力，酗酒也會常因酒醉而造成腦傷，導致嚴重的後遺症；另外也容易形成造血功能異常，使得免疫功能



下降，更易惡化吸入性肺炎，加重肺部感染，甚至導致敗血症。其他也會造成高血脂症、增加尿酸濃度及心肌病變等。其後果如此嚴重，攸關個人生命及全家幸福，豈有不戒除之理！

三、對個人之危害

酗酒者因無法控制自我情緒而喝酒，這影響他遵循常規的行為能力。剛開始時工作不連貫，有時好、有時壞，工作品質相當差；經濟上出現問題；變得很難與人相處，婚姻上出現問題。他的形象和自尊心逐漸消失了，開始迴避上司，遲到早退，午餐休息時間變長，上午較沉默、不多話，午餐後比較開朗、活潑，使用口氣清新劑或口香糖掩蓋酒味，早上上班宿醉未醒，沒有請假而缺勤，事後聲稱是「緊急狀況」。當他的行為越來越古怪時，他會想辦法隱藏這自覺愚蠢和無價值的感覺，使得他尋找一些「合乎邏輯」



的理由（合理化）並替他的行為加以辯護，痛苦越大，他的合理化行為和戒心也就越根深蒂固。因此他變得善於找藉口及責怪他人，被責怪的人自然會有罪惡感，所以在酗酒者周圍的人，不管曾否做過任何錯事，都開始有罪惡感，因為他們感到有錯，因此他們的言行舉動看來像充滿了罪惡感，而那正是酗酒者所需要用來證明自己的行為都是他人所造成的結果，同時，只要他有一份工作，他就辯稱自己是能自制並是 useful 的人（當然，他不承認那是因為他需用錢買酒喝）；酗酒者是如此善於將自己的行為合理化及責怪他人，導致他欺騙了自己，最終成了他自己防禦本能的犧牲品，人們認為酗酒者在說謊，但可悲的是他開始相信自己的「謊言」，他自己的辯護手法。最後，也許酒後駕車被捕、因喝酒而發生意外事件或酒醉打架，進而在工作時間也要喝酒，答應戒酒而自食其言，最後被開除。再找工作時工作也不穩定。花光錢酗酒，又難以控制自己的脾氣，妻子或家人只能把他趕出家門，結果失去自尊心及健康，弄得妻離子散，家破人亡。



四、對心智之影響

聖言當離酒，亦勿與他酒，

不飲不勸樂，知此放逸處；

知此不善門，憍驚愚者然，

知此處不善，戒德自防護。

六五

酒精能抑制大腦皮質之「抑制作用」，影響判斷力。有報告顯示部份慢性酒癮者的大腦皮質有萎縮現象，也有部份病人有智力衰退的跡象。科學研究顯示，當血液中酒精濃度超過0.03%時（相當於一百毫升血液中有三十毫克的酒精），會輕微影響到開車功能；0.05%時會中度影響開車功能，其思想、行為和判斷都會失去抑制，表現出說話大聲、多話和活動過度，甚至



造事成性或攻擊衝動；0.1%時會嚴重影響駕車安全，也會造成運動失調，說話有點不清楚；0.2%時會造成步態不穩、行動遲緩、難以站立、口齒不清（0.1-0.2%時的表現即所謂的酒醉狀態）；0.3%會導致意識不清，身體呈僵直狀態；0.4-0.5%時會昏迷和呼吸抑制；0.5%以上易造成死亡。因此飲酒對人的心智造成極大的破壞。

1、酒精性精神病

包括酒精性幻覺症——大多會出現生動逼真的幻覺，以聽幻覺為多，而且此種幻覺會持幾星期到幾個月，有的個案會持續好幾年，會令當事人非常痛苦；酒精性妄想症——有些酗酒的病患會出現嫉妒妄想，而懷疑配偶或性伴侶不忠，由於酗酒患者常見性無能，而出現強烈自卑感，產生病態性防衛，轉而懷疑配偶與他人有染，爲了證實其病態性想法，常會有暴力行爲，甚至謀殺對方。



2、酒精性失憶症

輕微的話只會出現暫時性記憶缺失，通常病人喝酒後，會鬧到睡著為止，但醒來後完全不記得酒醉時那段時間所發生的事情；但是嚴重的話會造成永久性失憶症，即所謂的科沙寇夫症候群。由於酗酒者長期喝酒，以酒精為主要營養來源，易造成嚴重營養素缺乏，特別是因為發生嚴重維他命B1缺乏時，會造成嚴重的永久性失憶症。因此配下酒菜的酒客，較可避開此後遺症。

3、酒精性癡呆症

長期酗酒造成酒精性癡呆症佔所有癡呆症患者的百分之十，除了會有嚴重的記憶力喪失之外，還會出現人格退化、判斷力、定向感及其他智能減退



等，且常會出現情緒不穩定、多疑、猜忌及失控行為。

4、惡化既存的精神疾病

許多的精神疾病，如焦慮症、恐慌症、憂鬱症、社交恐懼症及精神病患
者，會藉由增加酒精使用來減輕其情緒症狀，但如上述酒精造成的精神後遺
症，反而會更惡化其原本的精神症狀。甚至大多數的吸毒或藥物濫用的患
者，有時也都會使用過量的酒精來麻醉自己，因此其所造成的危害，更是雪
上加霜。

5、酒精依賴及戒斷症候群

分為單純型及併發震顫性譫妄型。單純型——在酒精戒斷後二十四小時
內，會出現交感神經的興奮，其表現為心、嘔吐、全身不適、發抖、心跳加
快、血壓上升、冒汗、頭痛、焦躁不安等；震顫性譫妄——約在停酒後四十



八至七十二小時出現，除了會表現出上述的交感神經過度興奮之外，還會出現胡言亂語、意識不清、妄想、生動的幻覺（主要是視幻覺）、激動及失眠等精神症狀，如果不接受治療，死亡率高達百分之二十。如果沒有合併出現其他身體疾病或藥物影響，一般戒斷症狀會在一星期內消失。有時酒精戒斷也會造成癲癇發作，大多在停酒後十二至四十八小時出現。酒精對人們的思維影響如此之大，理應戒除。

五、飲酒爲其他眾惡之根源

世間許多罪惡，無不以酒爲媒介。飲酒之後，由於酒精的刺激，使得神經系統興奮，膽大、衝動、盲目、失去了理智的控制；醉了，不但誤事，而且平時不能說不能做的惡行，都會做出來，罵人、打人、殺人、強姦、放火，樣樣都能做得出來。



六、酒能亂性，令人失去理智

在佛本生故事中有一則故事：一天，一只蒼蠅喝了幾滴酒後，它便覺得頭重腳輕，於是便回到它自己的王國——一堆牛糞上休息，當它感覺良好時，來了一頭大象，它的腳碰到了蒼蠅的王國——牛糞堆，蒼蠅很不高興地說：「我的朋友，回來，讓我們比一比高低，今天我已準備好與你決鬥。」大象向後回退了兩步，只對準蒼蠅所在的位置又拉下一點糞便，甚麼也沒說便照常走它的路，可當蒼蠅見到那堆大象的糞便向它身上壓來時，心知不妙，想逃命，但因飲酒過多，雙翅不聽使喚，六腿又發軟，結果白白的送了性命！這都是酒後失去理智，而狂妄所得的結果。

自古以來，為著飲酒而失敗誤事的不勝其數。如紂王、幽王等，廣作酒池，不分晝夜的長飲，以致失去常性，亂殺大臣，逐致國破身亡。如號稱詩



仙的李太白，也是一個醉翁，因為飲了過度的酒而亂性，誤認月在河底，為欲取月，投入水內，而被溺死。

七、認識飲酒對社會的危害

在巴利文佛本生故事注疏中有這樣一則故事，告訴我們酒的起源及其對社會的危害。從前在大森林中住有一人名叫蘇羅^{六六}（Sura）。一天，當他在大森林行走時，發現有一棵樹，有三個枝頭，液汁從樹枝上流下，他見到鳥兒和動物很喜歡喝樹上流下的液汁，喝後不久，鳥兒便從樹上掉下來，一動不動；其他動物起初行動古怪，走起路來歪七扭八的，後來躺倒在地上便不動了。不久昏倒的動物紛紛醒來，然後便離去。所以蘇羅想，這種液體肯定不是毒，否則動物不可能都復活。這種液體一定是其他尚未人知的飲料。他仔細檢查了樹的四周，嚐一嚐從樹上流下的液體，覺得非常清香可口，於是



便取了一些帶在身邊，去見在大森林中一位修苦行的隱士，名叫天水（Varuna）。因為每次蘇羅進入大森林時，他都要去拜訪苦修者天水，並供養他物品。當蘇羅見到天水時說：「尊敬的修行者，這次我給您帶來了一種奇特的飲料，您愿意試一試嗎？」這位苦修者品嚐了這種飲料後，很快就熟睡了，不久又醒了過來。覺得味道不錯，應該是世界上最好的飲料。蘇羅聽後很高興，就把這種飲料稱為蘇羅，中文譯為酒。他便把酒拿到城裡去賣，城市的人很快就愛上這種飲料，不過他們因貪喝這種飲料而變得懈怠，身體變得無力，再也不能做繁重的工作。所以這個城市的經濟很快就衰退了。當敵國來攻打時，因無身強力壯的士兵抵抗保護自己的家園，所以他們就被敵國攻破了。如此，每當酒引進到一個新城市，這個城市很快就衰亡。據說，舍衛城是引進酒的最後一個城市。當制酒商來到舍衛城時，他們告訴國王，他們能制造出世界上最美的飲料時，國王很高興，為他們準備了醞釀



酒的工具與材料。在制酒的過程中，一只貓偷喝了酒，跌倒在地，一動不動，守護的士兵以為貓飲毒死亡了，趕緊將這一消息報告國王，國王立即下令將制酒商全部殺死。不久貓又醒來，士兵又將這一消息報告國王，方知酒並非毒，大家一齊喝酒無度。由此可見飲酒之危害。

八、酗酒的因果報應

當今很多學者、專家通過他們的研究，得出結論：飲酒對人有害，特別有損我們的健康。然而佛陀早在公元前六世紀以智慧觀照後指出，飲酒有三十五失：一者、現在世財物虛竭，何以故？人飲酒醉，心無節限，用費無度故；二者、眾疾之門；三者、鬥諍之本；四者、裸露無恥；五者、醜名惡聲，人所不敬；六者、覆沒智慧；七者、應所得物而不得，已所得物而散失；八者、伏匿之事，盡向人說；九者、種種事業，廢不成辦；十者、醉為



愁本，何以故？醉中多失，醒已慚愧、憂愁；十一者、身力轉少；十二者、身色壞；十三者、不知敬父；十四者、不知敬母；十五者、不敬沙門；十六者、不敬婆羅門；十七者、不敬伯、叔及尊長，何以故？醉悶恍惚，無所別故；十八者、不尊敬佛；十九者、不敬法；二十者、不敬僧；二十一者、朋黨惡人；二十二者、疏遠賢善；二十三者、作破戒人；二十四者、無慚、無愧；二十五者、不守六情；二十六者、縱色放逸；二十七者、人所憎惡，不喜見之；二十八者、貴重親屬，及諸知識所共擯棄；二十九者、行不善法；三十者、棄捨善法；三十一者、明人，智士所不信用，何以故？酒放逸故；三十二者、遠離涅槃；三十三者、種狂癡因緣；三十四者、身壞命終，墮惡道泥中；三十五者、若得爲人，所生之處，常當狂騷。如是等種種過失，是故不飲。如偈說：

酒失覺知相，身色濁而惡，智心動而亂，慚愧已被劫。



失念增瞋心，失歡毀宗族；如是雖名飲，實爲飲死毒。

不應瞋而瞋，不應笑而笑，不應哭而哭，不應打而打，

不應語而語，與狂人無異；奪諸善功德，知愧者不飲。

六七

在《分別善惡報應經》中告知我們飲酒有三十六大危害：

一、資財散失，二、現多疾病，三、因惱興諍，四、增長殺害，五、增長瞋恚，六、多不遂意，七、智慧漸寡，八、福德不增，九、福德轉減，十、顯露秘密，十一、事業不成，十二、多增憂苦，十三、諸根闇昧，十四、毀辱父母，十五、不敬沙門，十六、不信婆羅門，十七、不尊敬佛，十八、不敬僧法，十九、親近惡友，二十、捨離善友，二十一、棄捨飲食，二十二、形不隱密，二十三、淫欲熾盛，二十四、眾人不悅，二十五、多增語笑，二十六、父母不喜，二十七、眷屬嫌棄，二十八、受持非法，二十九、



遠離正法，三十、不敬賢善，三十一、違犯過非，三十二、遠離涅槃，三十三、顛狂轉增，三十四、身心散亂，三十五、作惡放逸，三十六、命終墮大地獄。若能認清酗酒對人體的危害，持此戒定會有很大的幫助。

《佛說出家緣經》亦云，若犯飲酒，則有散盡財賄、惡名遐邇等三十五惡報：一、散盡財賄，二、致眾苦患，三、怨諍增重，四、裸露形軀，五、惡名遐邇，六、慧明日減，七、應得不得，已得便失，八、顯揚惡事，九、要務頓發憂感之本，十、恍惚變沒，十一、顏貌鄙惡，十二、輕慢尊長，十三、不知供養沙門婆羅門，十四、自於室家不辦尊卑十五、不宗敬佛，十六、不崇大法，十七、不敬事僧，十八、返親惡人，十九、遠離明能，二十、崩墜邪道，二十一、無慚愧心，二十二、不護根門，二十三、昏荒姪欲，二十四、眾所不愛二十五、人不喜見，二十六、德士宿舊咸來咎責，二十七、集造眾惡。二十八、要用之勢，二十九、不豫識任。三十、智德隱



避，三十一、像類不別，三十二、去泥洹遠，三十三、種狂惑業，三十四、身死命終生地獄中，三十五、設得爲人愚癡頑瞋。

六八

在其他很多經典中，佛陀反覆告誡人們飲酒罪報之可怕。《念住經》中云：「制酒、飲酒、令他飲之人多轉生嚎叫地獄。」《宣說戒律經》中云：「飲酒者將墮入燒熱地獄。墮入此地獄眾生長達數千年中受煎熬之苦。」此等諸多佛經中對飲酒的過失都有宣說。又如《毗奈耶經》中云：「草尖露珠許酒亦切莫飲，倘若飲用，則彼非我聲聞，我非彼本師也。」《宣說善惡經》中說：「今生飲酒後久睡不醒，死後轉生飲鐵液之地獄中。」《分別善惡經》云：「飲酒之人將轉生飲銅液之地獄中，此間感受罪業之果報。」《金剛頂續》中云：「酒乃諸禍根，是故當斷除。」《不動威猛續》云：「智者莫飲酒，斷絕世人謗。」《勝樂戒源續》中云：「咒師若成酒瘋子，轉生嚎叫地獄中。」《文殊根本續》云：「咒師飲酒若已



醉，百劫之中不間斷，住於嚎叫地獄處。」《四分律》中說有十過，第十過是「身壞命終，墮三惡道。」

六九

爲了徹底嚴禁飲酒，經中對酒販子的罪過也有詳細論述：「於僧眾之中販酒者，死後感受地獄痛苦，口中灌入沸騰銅液，從唇、舌、顎到胃、大腸之間全部焚燒，以致下半身悉皆燒焦，販酒者有此等業報。」此經中又說：「到處燃燒烈火堅硬之二山奔跑，地獄眾生入於兩山聚合之間。兩座山一直磨擦，不知不覺中將其變爲細粉，彼眾生罪業未窮盡之前於數十萬年間受磨擦粉碎之苦。」如此說來，那些酒販子需要感受無量痛苦。因此，向他人販酒者應當十分小心。

如此看來，飲酒對現世、來世和修道都無利益，理當戒之。



九、討論

有人跟我講，「我在過去的三十年中，每周只喝兩杯酒，很有節制，從來不貪杯，這對我的身體絕無壞處，我是否也有戒酒的必要呢？」

答案是肯定的。我告訴他，「不錯，三十年來由於你飲酒適度，有傷你的健康還未明顯地表現出來，這是幸運之事，但爲了你的子女健康成長，你仍必須戒酒。因爲你的自控力很強，意志很堅定，所以飲酒一直有節制，但在你的子女眼中，他們只知道你每天飲酒，好像還有益健康，所以他們有可能也跟你學習，開始飲酒。但一旦開始飲酒，你是否能保證你的每一位子女都像你一樣理智很強、每天只飲一杯酒嗎？萬一出了一位不孝之子，情感脆弱，變成酒鬼，這豈不是因你而起，令你遺憾終身。所以爲了你子女的健康成長，你也有戒酒的必要。如果你能放棄這杯酒，給子女與青年一代做好榜樣，豈不是功德無量！」



也有人講，「我也知道飲酒不對，但由於多年養成的習慣，一下子斷不了，從現在開始，我會慢慢地減少飲量。」這種做法固然比不做有進步，但為甚麼不能橫下一條心一下就除去呢？要知道飲酒就是一種有上癮的行為，對於一般人講，如果你喝第一滴酒，就有第二滴，如果你喝第一杯酒，就會有第二杯，如此下去，很難控制，損己不利人。為甚麼不一下子斷掉呢？法國電視台為酒做的廣告說：「一杯沒問題，三杯就會有危險。」看起來很開明，但他們從來就不警告人們，第一杯酒下肚後，會有喝第二杯酒的欲望，第二杯酒會鼓勵你再試第三杯！英國有句俗語：「第一杯是人喝酒，第二杯是酒喝酒，最後一杯是酒喝人。」

記得古代有一位小偷，每天都要偷百隻雞，搞得他的臭名遠揚。他也不知道不對，很想改變，但又不知從何下手，所以去問孟子。孟子告訴他，「你最好從現在起不偷，重新做人就可以了。」小偷也接受了孟子的建議，不



過說，「我每天偷一百只雞，多年來已成習慣，見雞不偷就難受，你要我一下子全斷了應該很困難，我可不可以每天減少偷雞量，一天減少一隻，一百天後就可以完全停止偷雞了。」孟子回答說：「好是好，但既然你決定不偷，爲甚麼不痛下決心，從現在開始一隻也不偷，這樣人們才會改變對你的看法。但如果你每天減少偷雞量，不管你偷少偷多，那怕是一隻，你還是偷雞賊啊！」小偷聽後似有所悟，決定從此以後徹底改掉偷雞的習慣。

同樣，不管你喝多少酒，只要你喝，酒精在你身體中就會發生效應，就有麻醉作用，你還未能成爲新人。

在現代社會中，甚麼稀奇古怪的想法都有。有人問我：「身體是我的，我想怎麼做就怎麼做，別人管不著，我有權選擇自己的生活方式。」如果他這樣堅持，法律也會支持他，因爲民主、自由在憲法中有特別重要的位置。



但根據佛教教義，世界一切事物（包括人類）是由種種條件和關係組成的，事物之間相互依賴、相互關係，絕對不依靠任何其他事物的人是不存在的。因此我們的一言一行都對社會有影響，社會上的每一個發展反過來對每一個人也有影響，因此不受任何限制的絕對自由是不存在的。譬喻：年輕的母親，她的一舉一動，都會對體內的嬰兒都有直接的影響；如果年輕的母親堅持嬰兒是一個獨立的實體，堅持飲酒，這不僅對她自己的健康有害，而且對胎中嬰兒更有害。科學證明，母親飲酒對嬰兒腦細胞有很大的損傷。有些人，因常在醉鄉，生下兒女來，也精神失常，或者患著嚴重的白癡症。

如果你健康，努力工作，別人會因此而受益；如果因酗酒而遭蹋了身體，別人就得花錢為你治療，父母妻兒為你操心，又怎能說你的好壞與別人毫不相干呢？再說若酒後開車，威脅到的直接是他人的生命財產，怎能說你喝酒跟他人不相干呢？所以不飲酒戒是讓我們這個社會成為更安全地方居



住。

又有人問，「做菜時，爲了去除怪味，在菜中放一點酒調味，算不算犯不飲酒戒？」

有時，爲了治病，用酒調藥，根據戒律不算犯戒，因爲此時酒的性質已發生變化，不再是麻醉人的東西，而是治病之藥。同樣，在我們做菜時，在菜中放少許調味也不應算犯戒，因爲一大鍋菜中放幾滴酒，酒早已失去麻醉作用。

綜上所述，因智慧是佛教中解脫的關鍵法門，所以守第五戒的核心是要求人們戒除一切擾亂人們身心的東西。酒固然是古往今來讓人們迷戀又損害我們理智最典型的代表，理應戒除。然而今天使人們迷失心智的東西更多，吸煙、吸毒、賭博、看黃色錄相、看不健康的報刊雜誌、玩股票、沉迷電子



遊戲、迷戀網絡等尤為普遍。因此我們理應依據時代的要求，將五戒的內涵與外延作適當的擴充，戒除一切使人亂性、沉淪、使人玩物喪志的東西，確保消費健康的精神食糧，增長我們的智慧。如此守戒才是準確反映佛陀制定此戒的本意。



五戒之間的相互關係

其實五戒中，每一戒都包含其餘四戒。現以第四戒——不妄語戒為例說明這個問題。第四戒包含第一戒，很多人因語言而被殺頭。當你堅信某種思想是世界上最好的思想時，如果有人與此思想不同時，你自然會千方百計地改造他，當你發現無法改造他時，你可能會想辦法去除他，這就和第一戒——殺生發生了聯繫。堅持某種思想，受害的不僅是一人，而是千百萬人！譬喻第二次世界大戰中，因種族問題，使得幾百萬猶太人喪生毒氣罐。

第四戒包含第二戒——不偷盜。產品推銷員必須講產品的優點而不講缺點以便騙取客戶買他的產品。有一位推銷經理告訴我，他也不想不說謊，告訴產品的缺點，但他不能，一旦他這樣做了，就沒有人買他的產品。很多人都同樣的困境。在政治領域，政治人物爲了能獲得選票而說謊。說謊的目的



就是爲了騙取別人的信任，獲得支持，得到某種利益，所有這一切就是偷盜的行爲。

第四戒與第三戒（不邪淫）也有聯繫。當有人說，「我愛你。」這有可能是說謊，這有可能僅僅是爲了迎得某人歡心而故意做的「廣告」，其用意是爲了與她發生性關係。

第四戒當然包含第五戒——不飲酒。有一位很體面的教授，如果你晚上打電話找他，他的妻子會說，「他很忙，不在家。」其實，他在家只因喝酒喝得酩酊大醉，無法接聽電話。

更重要的是，五戒又是一個整體，只要犯其中一戒，這就可能會成爲突破口，進而會破其他戒。在律本中記載：在迦葉波佛時，有一個五戒信士，一向持戒清淨，有一天從外回家，口渴非常，見有一碗水色的酒，放在桌上，他以爲是水，一口喝下了肚，誰知酒性發作時，失去理性，便連續地犯



了戒。見著鄰家的一隻雞走來，隨趁機順手抓住雞，烹煮當著下酒菜，（犯殺、盜二戒），之後，鄰婦前來尋找失雞，他答不見（犯妄語戒），酒醉飯飽後易起淫念，見鄰婦貌美，隨之強迫成姦（犯邪淫戒）。由於他誤喝一碗酒，連續犯了五條戒。



總論

由以上論述可知，古今中外，五戒不僅是學佛者必須受持，而且是社會上每一個成員都要共守的規則。持五戒不僅對個人有意義，對社會也有很大的價值。學佛者，首先要把人做好，正如《大學》說，「古之欲明明德于天下者，先治其國。欲治其國者，先齊其家。欲齊其家者，先修其身。欲修其身者，先正其心。欲正其心者，先誠其意。欲誠其意者，先致其知。致知在格物。」這兒的「物」，即是與天理人情不合之物欲，而五戒則是戒除與天理人情不合之物欲的最直接的方法。個人若能守持五戒，至少能確保一個人平安過一生，做一個有道德的人。從修持角度講，受持五戒就是入道的正因，精進不懈的守持，則惑業漸漸消滅，功德漸漸增長，最後即證聖果。約利他方面說：五戒是淨化人心的良藥，一人受持，一人得益，萬人受持，萬



人得益，如果全世界所有的人都能受持五戒，則天下太平。而以上三方面又是互相影響的。一方面來說，人是一個獨立的個體，同時人又是社會的一分子。所以任何一個動作，不僅對他個人有影響，而且對他所處的環境也有影響。他的每一個行為影響著社會；社會的每一種變化反過來又影響他自己。由於這種互相影響的關係，個人的生活必須對他自己有益，對他所處的社會也有益。持五戒幫助我們保持這種健康型態的生活。

當然，受持五戒並非易事，正如印順導師說，「受持戒行，要克制自己的私欲，所以要有『堅，毅的決心，』忍，受種種的考驗：忍受艱難困苦；忍受外來惡劣環境的誘惑，威脅，強迫；忍受內心的欲而不讓他胡鬧，甚至要有『寧持戒死，不毀戒而生』的決心。要這樣堅忍的克制情欲，克伏環境，才能『持，戒而保持』淨戒，不致毀犯戒行；不致多年來的持戒功德，毀於一旦。」

七十



注釋

一、《十誦律》T23.11a06-12b8。

二、南傳《法句經》二六四偈。

三、「厭倦懈怠不欲聽聞，抄略前後不肯盡說。經不誦習，設有讀者不識字句，為強言是。不誦

明者貢高求名，虛顯雅步以為榮冀望人供養。」《佛說法滅盡經》T12.119a12-14。

四、「吾涅槃後法欲滅時，五逆濁世魔道興盛，魔作沙門壞亂吾道，著俗衣裳樂好袈裟五色之

服。飲酒噉肉殺生貪味，無有慈心更相憎嫉。時有菩薩辟支羅漢，精進修德一切敬待，人

所宗尚教化平等，憐貧念老鞠育窮厄，恒以經像令人奉事，作諸功德志性恩善，不侵害人

捐身濟物，不自惜己忍辱仁和。設有是人，眾魔比丘咸共嫉之誹謗揚惡，擯黜驅遣不令得

住。自共於後不修道德，寺廟空荒無復修理轉就毀壞，但貪財物積聚不散不作福德，販賣

奴婢耕田種植，焚燒山林傷害眾生無有慈心，奴為比丘，婢為比丘尼，無有道德姪勑濁亂

男女不別，令道薄淡皆由斯輩，或避縣官依倚吾道」《佛說法滅盡經》T12.1118c17-119a10。

五、

六、《大智度論》T25.177a。

「時諸比丘大得供養，諸比丘輩，食人信施而不讀誦經書，不薩闍為人受經。戲論過日，眠

臥終夜，貪著利養，好自嚴飾，身著妙服，離諸出要，寂靜出家，三菩提樂，形類比丘，

離沙門功德，是法中之大賊，助作末世壞正法幢，建惡魔幢，滅正法炬，然煩惱火，壞正

法鼓，毀正法輪，消正法海，壞正法山，破正法城，拔正法樹，毀禪定智慧，斷戒瓔珞，

污染正道。」《雜阿含經》T2.178b16。



- 七、《梵網經古跡記》云，「若佛子自謗三寶，至是菩薩波羅夷罪。」《梵網經古跡記》T40.707c28。
- 八、《梵網經古跡記》T40.706a25-26。
- 九、《梵網經菩薩戒本疏》講述佛陀制此戒的十種理由「一業道尤重無過此故；二燒滅善根悉無餘故；三背恩德惡中極故；四破壞信心滅法眼故；五於善行中若小若大悉不成故；六入於外道邪見網故；七爲大邪見斷善根故；八作諸眾生惡知識故；九斷三寶種由此見故；十令自他成阿鼻業故。」《梵網經菩薩戒本疏》T40.633a24-29。
- 十、「若佛子！口自說出家、在家菩薩、比丘、比丘尼罪過，教人說罪過。罪過因，罪過緣，罪過法，罪過業。而菩薩聞外道惡人及二乘惡人，說佛法中非法非律，常生慈心，教化是惡人輩，令生大乘善信。而菩薩反更自說佛法中罪過者，是菩薩第六波羅夷罪。」《法苑珠林》T53.937b24-29。
- 十一、「僧門和合上下同心，互有短長遮相蓋覆，家中醜惡莫使外聞。雖然於事無傷，畢竟減人瞻仰。譬如獅子身中蟲，自食獅子身中肉，非天魔外道所能壞也。」《敕修百丈清規》T48.1147b12-15。
- 十二、《梵網經古跡記》T40.706b12-3。
- 十三、《薩婆多毘尼毘婆沙》T23.542a26-9。
- 十四、《景德傳燈錄》T51.244b10…《碧巖錄》T48.188a02(02)。
- 十五、《十誦律》T23.12b4-6。
- 十六、「若比丘不知、不見空無過人法，自言我得如是知、如是見。是比丘後時若問、若不問，貪著利養故，不知言知，不見言見，空誑妄語。是比丘波羅夷不共住。」《十誦律》T23.



12b9-12。

十七、「若比丘尼實無所知，自歎譽言：我得過人法，入聖智勝法，我知是我見是。後於異時，若問若不問，欲求清淨故，作如是言：諸大姊！我實不知不見，而言我知我見，虛誑妄語，除增上慢，是比丘尼波羅夷不共住。」《四分尼戒本》T22.1031b26-c1。

十八、「優婆塞、優婆夷戒，雖為身命，不得虛說：我得淨觀，至阿那含。若破是戒，是人即失優婆塞、優婆夷戒」《優婆塞戒經》T24.1049b9-10。

十九、《楞嚴經》T19.132c4-6。

二十、《阿毘達磨集異門足論》T26.407b26-27。

二十一、《舍利弗阿毘曇論》T28.574c04-5。

二十二、《中阿含經》T1.437c。

二十三、《舍利弗阿毘曇論》T28.654b02-4：「不實妄語，或於王家，真實言家，多眾聚集，求當言處，作不實說：不見言見，見言不見；不聞言聞，聞言不聞；知言不知，不知言知。因自因他，或因財利，知而妄語而不捨離，是名妄語。《雜阿含經》T2.271b-c：參見《大智度論》，「妄語者，不淨心，欲誑他，覆隱實，出異語，生口業，是名妄語。妄語之罪，從言聲相解生……是妄語，知言不知，不知言知；見言不見，不見言見；聞言不聞，不聞言聞；是名妄語。若不作，是名不妄語。」《大智度論》T25.157a：「傳空說有，說有言空，不見言見，見言不見；不聞言聞，聞言不聞；不知言知，知言不知。」《佛說佛名經》T14.279a12-13：《瑜伽師地論》T30.293a15-21：《成實論》T32.304a01-12。

二十四、《大智度論》云，「復次，如佛子羅睺羅，其年幼稚，未知慎口。人來問之：世尊在不？詭言不在。若不在時，人問羅睺羅：世尊在不？詭言佛在。有人語佛，佛語羅睺羅：澡盤取



水，與吾洗足！洗足已，語羅睺羅：覆此澡盤！如敕即覆。佛言：以水注之！注已，問言：水入中不？答言：不入！佛告羅睺羅：無慚愧人，妄語覆心，道法不入，亦復如是！如佛說：妄語有十罪，何等為十？一者、口氣臭；二者、善神遠之，非人得便；三者、雖有實語，人不信受；四者、智人謀議，常不參預；五者、常被誹謗，醜惡之聲，周聞天下；六者、人所不敬，雖有教敕，人不承用；七者、常多憂愁；八者、種誹謗業因緣；九者、身壞命終，當墮地獄；十者、若出為人，常被誹謗。如是種種不作，是為不妄語，名口善律儀。」《大智度論》云，T25.158a。

二五、花錢僱考試『槍手』的酬金有多種等級，英語四級四百元，六級六百至八百元；成人自學考試五百元；中級、高級職稱考試一千五百元；各類出國考試如託福、GRE等三千至上萬元。仲介費大多為百分之十。

二六、參見《南方日報》(二〇〇二年二月二十四日)報導。

二七、參見任紋儀的文章「大陸學術腐敗現象嚴重大學成為腐敗重災區」。

二八、《雜阿含經》云，「兩舌乖離，傳此向彼，傳彼向此，遍相破壞，令和合者離，離者歡喜，是名兩舌。」T2.271c。《中阿含經》亦云，「二曰兩舌，欲離別他，聞此語彼，欲破壞此；聞彼語此，欲破壞彼。合者欲離，離者復離，而作群黨，樂於群黨稱說群黨。」T1.437c。

二九、《中阿含經》T1.437c。

三十、《法苑珠林》T53a2122_p0937c015。

三一、《大智度論》云，T25.157c-158a。

三二、《中阿含經》T1.437c。

三三、《雜阿含經》T2.271c。



三四、「若佛子，自妄語、教人妄語、方便妄語，妄語因、妄語緣、妄語法、妄語業，乃至不見言見、見言不見，身心妄語。而菩薩常生正語、正見，亦生一切眾生正語正見，而反更起一切眾生邪語、邪見、邪業者，是菩薩波羅夷罪第四妄語戒。」《菩薩戒本疏》T40.665c。

三五、「妄語者，不淨心，欲誑他，覆隱實，出異語，生口業，是名妄語。妄語之罪，從言聲相解生；若不相解，雖不實語，無妄語罪。是妄語，知言不知，不知言知；見言不見，不見言見；聞言不聞，不聞言聞；是名妄語。若不作，是名不妄語。」《大智度》T25.157a15-18。

三六、參見《新民晚報》。

三七、參見《四十二章經》。

三八、參見《四十二章經》。

三九、《大智度論》T25.157ab。

四十、《佛說出家緣經》T17.736b29-c5。

四一、《大智度論》T25.157a。

四二、《十善業道經》T15.158a27-158b20。

四三、《大智度論》T25.157a。

四四、本文參照：報佛恩網——五戒表解，<http://book.bfn.org/books2/1029.htm>

四五、蘇摩酒是梵名 Soma 之音譯。又作素摩。印度婆羅門教之酒神名，為蘇摩酒之神格化。蘇摩原為一種蔓草，摘其莖以石壓榨之，得黃色液汁，加牛乳、麥粉等發酵釀成蘇摩酒。印度古代常以此酒祭神，謂飲之能得不死，因稱為甘露（梵 amṛta，即不死）。此酒能癒神人之病，並給與勇氣，遂視同神，稱為蘇摩神。又能用以取火，或謂內有火神。後世視與



月同，稱為月神、月天，成為祭祀、苦行、星座、藥草等之保護神。參見《孔雀王咒經》卷下。

四六、《根本說一切有部苾芻尼毘奈耶》T23.994a06-b14。

四七、《十誦律》T23.121b6-29。

四八、《大智度》T25.158ab。

四九、T22.672a。

五十、T22.672b。

五一、郭良鑒譯，（一九九〇）《經集》第五十四頁。北京：中國社會科學出版社。《分別善惡報應經》卷下。

五二、《梵網經古跡記》T40.706a15-22。

五三、T23.121b。

五四、T24.602b。

五五、T22.672b。

五六、本節參照《溫暖人間》。

五七、《妙雲集》上編之三《勝鬘經講記》第五十四頁。

五八、參見四川省色達喇榮五明佛學院所出的《煙酒殺生過——利樂法庫（一）》一書。

五九、《佛網——密教文集》<http://www.buddhanet.com.tw/lantric.htm>。

六十、據日本愛知縣癌症中心研究發現，腦內一種神經傳遞物質的受體基因可能是導致煙癮的罪魁禍首。據日本媒體報導，該中心對吸煙者、非吸煙者和戒煙者共計三百三十二人的腦內神經傳遞物質——多巴胺受體DRD2基因進行比較，發現它有A1、A2、A3三種類型：在



七十七名吸煙者中，有三十九人具有A2型的DRD2基因；與沒有這種基因的人相比，這些人在開始吸煙後更容易上癮。研究人員在分析導致煙癮的機制時認為，尼古丁在作用於神經細胞後，就把刺激傳遞給多巴胺受體，然後這種刺激就產生了吸煙的舒服感，而具有A2型DRD2基因的人則會產生更為強烈的舒服感。

六一、「嗎啡」是鴉片中主要生物鹼成分，是一種白色結晶性粉末。作藥用時具有較強鎮痛作用，持續時間長，但常用極易成癮，因此作藥用時，用量必須由醫生嚴格控制。

六二、「海洛因」（俗稱白面）是由嗎啡與化學品加工而成，純品為白色結晶，其成癮性比鴉片、嗎啡更為嚴重。

六三、「可卡因」是從古柯屬的小灌木樹的葉子即可卡葉中提煉出來的生物鹼，又名古柯鹼，呈白色粉末狀。

六四、「大麻」為一年生草本植物，雄雌異株，株高一至五米，麻葉帶有長柄，每個枝頭長有三至九片掌狀復葉，葉片邊呈鋸齒狀。大麻全株有毒，其毒性成分叫四氫大麻酚。

六五、《舍利弗阿毘曇論》T28.574c1316。

六六、梵語sura，巴利語同。又作蘇羅、窣利。意譯為酒、米酒、穀酒。即從穀物製成之酒。法蘊足論卷一載，若以米麥等物如法蒸煮之，拌和麴藥與諸藥物，醱釀日久，即成色香味俱為上品之美酒，稱為窣羅酒。後來人們便把第一個做酒之人稱為蘇羅。參見《順正理論》卷三十八、《俱舍論》卷十四、《玄應音義》卷二十四。

六七、《大智度》T25.158bc。

六八、《佛說出家緣經》T17.736c-15。

六九、T22.672a。

七十、印順，《一九九四》，《成佛之道》，第一〇六至一〇七頁。台灣：正聞出版社。