

五戒的持守与违犯

法增比丘

在家众因为家庭与事业的繁多工作与责任，时间有限，因此要用极少的时间与精力來做好他们的修行。最基本的修持是天天皈依三宝，守护好五戒，培养正信，若是遇到出家众弘法时应常去闻法，作四事供养，广植福田，並常随念佛法僧三宝功德，因随念三宝所熏，渐渐调服贪欲、瞋恚、愚痴，如实透澈观察五蕴法生灭的真相，对四圣谛如实知晓，乃至涅槃。

为了度生死苦海，我们必须皈依三宝：皈依佛，皈依法，皈依僧。三宝的意义是；佛宝指释迦牟尼佛；法宝指佛所说之法，包括四圣谛、八正道、十二缘起等戒定慧学；僧宝指跟随佛修行的信徒，有出家五众；比丘、比丘尼、式叉摩那、沙弥和沙弥尼，及在家二众；优婆塞和优婆夷。

在《增支部5.38》中说：「在家众正信有五利：世上善良有慈心的人会先对正信者散发慈心，而不是对不信者；他会先造访正信者，而不是对不信者；他会接受正信者的礼物，而不是对不信者；他会先教示佛法给正信者，而不是对不信者；在家众正信者身坏命终，会生於善处天界。」这是有正信佛教徒能得到的五种利益。

在《杂阿含844经》提到若是修行人能断四不信住：也就是不信佛、不信法、不信僧、不信持戒。若不将这四不信完全断除，将不能成就四不坏净（四乐意住）。四不坏净是指成就信佛、信法、信僧、信佛所制订的圣戒（四乐意住）；那么这个人，就是如来、应供、等正觉所知所见，佛记说这个人得须陀洹果（Sotapanna），不墮三恶趣，决定正向菩提，七次天上人间往生，达到究竟苦边。这在《杂阿含851经》里也称为“法镜”，即是能以正法自己照见自己，自己印证自己。（《增支部5.179》：受持五戒，成就四乐意住。）

一个人对佛有了信心，才会敬礼三宝，之后才会寻求皈依。皈依三宝是每个佛教徒的必修功课。寻求皈依者应找一位具德的僧人请求皈依，仪式很简单，法师不会向你作任何要求，也不会要你答应任何事，更不会要你发誓等。

五戒的传授

求受者念:

尊者大德!我(们)向您求授三皈五戒。

第二次尊者大德!我(们)向您求授三皈五戒。

第三次,尊者大德!我(们)向您求授三皈五戒。

接下来,跟比丘唸。

赞佛偈

礼敬于世尊、应供、正等正觉者。[三称]。

三皈依

我以佛为皈依处,我以法为皈依处,我以僧伽为皈依处。

第二次我以佛为皈依处,第二次我以法为皈依处,第二次我以僧伽为皈依处。

第三次我以佛为皈依处,第三次我以法为皈依处,第三次我以僧伽为皈依处。

比丘说:三皈已授完毕。

受戒者答:是的,大德。

授五戒

我愿学习受持不杀生戒。

我愿学习受持不偷盗戒。

我愿学习受持不邪淫戒。

我愿学习受持不妄语戒。

我愿学习受持不饮酒戒(任何能使神志迷乱之物皆属酒类之范围)

。

这就是五项应该学习持守的戒律。

比丘祝福如下:

因持戒将给你带来安乐，
持戒将给你带来财富，
持戒将使你达证涅槃，
故此，你(们)应该严持此净戒。

受戒者俯首回答：善哉。

五戒介绍

1. 杀生是对一切有生命的生物乃至昆虫，无有慈悲，杀害令其命断，手染血腥，并以种种方法，捶、斩、烫、毒，令其命断。

2. 偷盗是对他人的财物，于聚落或空地，物主没有给予，加以盗取，价值超过五钱（五摩沙迦Māsaka，约值美元\$25（2006年币值））。

3. 邪淫是对有父，有母，有兄弟姊妹，有亲属，有守护人，有夫，乃至与有华鬘饰的女人淫欲的行为。

4. 妄语(虚诞语)是指在公众场合，做官为民，在亲属之中，在团体里面，或作证人时说不诚实的话，不见而说见，见而说不见，不闻而说闻，闻而说不闻，不知而说知，知而说不知；为自己，或为他人，或为了财利，知而妄语而不肯坦白承认。

5. 不饮酒戒，是指酒醉后所产生意念失控而造十不善业，佛在《中阿含·善生经》里说道：「居士子！若人饮酒放逸者，当知有六灾患：一者现财物失，二者多有疾患，三者增诸斗争，四者隐藏发露（把秘密说出来），五者不称不护（人不称赞不爱护），六者灭慧生痴。居士子！人饮酒放逸者，不经营作事，作事不营，则功业不成；未得财物，则不能得；本有财物，便转消耗。」这是饮酒的六种过患，它毫无利益。

五戒的持守

许多的在家人，因为害怕犯戒，不敢皈依持戒。若是不小心犯到，比如误杀了蚂蚁，若没动念杀它，恶业并没有我们所想象的那么严重。但是我们须对戒有了解。明白造恶业的情况或条件，我们才知犯戒或不犯戒。若你不能明瞭杀生是坏事，是造恶业，那你只要想一想，若是你的生命受到威胁时，你会恐惧而想要逃命，既然你本身这样爱惜自身，那又怎么能够去伤害他人或别的众生呢？对于正念不强，常常犯戒者，应下定决心，从今以后不再犯它。应思惟犯戒造恶的苦果。佛说：「若人已作恶，不应数重犯，莫喜于作恶，积恶乃痛苦。若人已行善，应当数重作，欢喜于行善，积善乃安乐。」（《南传法句经》117，118偈）

善恶的果报是肯定的，行善种福者来生人中或生於天上，而造恶者最终自作自受，遭受畜生，饿鬼，或地狱之苦报。

佛对罗睺罗说：「罗睺罗！观照自己的身，语，意业，应如何做？」

「任何未做的身业（语业，意业），欲做时，若做这身业（语业，意业），会给自己带来苦果，会给他人带来苦果，会给自他皆带来苦果，不善巧，未调服，会带来苦果的身业（语业，意业）。罗睺罗！观照一下，任何未做的身业（语业，意业），欲做时，若做这身业（语业，意业），会给自己带来苦果，会给他人带来苦果，会给自他皆带来苦果，不善巧，未调服，会带来苦果的身业（语业，意业），就不应做。反过来，任何未做的身业（语业，意业），欲做时，若做这身业（语业，意业），不会给自己带来苦果，不会给他人带来苦果，不会给自他皆带来苦果，善巧，调服，不会带来苦果的身业（语业，意业），就应做。」（《芒果园罗睺罗经》MN61）所以做任何事，慢一点，想一下，然后才做，以免做错。

在《南传法句经》刀杖品里佛言：「众生畏刑罚，众生皆畏死，以已推及人，不杀不教杀。众生畏刑罚，众生皆爱命，以已推及人，不杀不教杀。」其它如偷盗、邪淫、妄语、恶口、绮语、两舌、喝酒、贪、瞋、痴等亦以同理来了解。若我们从佛所制的戒来看，在家五戒中，杀、盗、邪淫、妄语、饮酒几乎全是因为欲望而产生。我们若对欲望时时观察思惟，必对佛为何制戒有所省思。佛若不制戒，但说出离欲界，我们若决心要脱离轮回，也会自然而然的，为了出离欲界，为了行为与思想的清净而自己订立戒条来遵守。平常的欲望是不善

的，而邪恶的欲念更是不善的。我们要断除平常的欲念，也要断除邪恶的欲念。因此对瞋恚、怨恨、怨结、悭贪、愚痴、欺诳、谀谄、无惭、无愧、我慢、最上慢、贡高、放逸、豪贵、憎诤等都要断。贪欲是不善的，执著更是不善的。我们要断贪欲，也要断执著。这才是中道，能得心住，得定，得乐。顺着法，次第学法，得通达，得觉悟，亦得涅槃。（见《中阿含》88经，《求法经》）

持戒波罗蜜是以思为主要因素，它还包括三离（离身恶行，离语恶行，离邪见），无贪，无瞋，无痴，念，慧，精进，诸心与心所。戒的相是防护人的身语业，使导向善处；它的作用是防范；它的现起是身语意之清净，当智者省察戒时，会知觉它是清净三业；它的因是惭（羞于作恶）与愧（惧怕作恶），听法是戒的远因。

不杀害生命，不擅自拿走他人未经许可的东西，不邪淫（除夫妇的正淫外），这三戒是世间正业。出世间正业，是一个行者证悟涅槃时所做的身三妙行（不杀，不盗，不淫），其余身恶行也远离并加以断除，不行，不作，不去与境合，不去理会境所带来的诱惑。当一个人远离和断除妄语，恶口，两舌和绮语时，这是世间正语。当证悟涅槃时，其道智使其只说正语而不说邪语，拒绝所有不正当无义利而有害的言语。而行口妙行，说法语，发言真实，用词友善，充满意义与利益，说话照顾人、时、与地，无言时保持神圣的沉默。这是出世间正语。一位行者念苦、集、灭、道谛后，观自己所念，观察诸行及其过患，欲求涅槃，以求心能速得解脱，会依正见正思惟而舍离邪命以求正命，这是世间的正命。出世间的正命是当一个行者证悟涅槃后，以其道智灭除邪命的恶不善法，而有出世间正命。

以上的三种正语，正业和正命是属于戒学的范围。

我们应注意不杀生的戒条，不要为了口腹之欲而去杀生，但佛方便允许持戒比丘吃三净肉；即可吃不见被杀的动物的肉、不耳听被杀的动物的肉、及不疑为我而被杀的动物的肉，在家人若欲吃肉可以用这个准则。在《经集》小品第二经《荤腥经》里佛说道：「世人不克制欲望，贪求美食，过混杂不净的生活，信奉虚无，行为不正，思想顽迷；这才是荤腥而非肉食。」其他的四戒也一样。

当我们依持戒来清净自己的身语业之后，自能离于贪和瞋，生起不颠倒的正见。是故佛说：「离于贪欲，不于他财他众具(物品)，作己有想，而生贪着。离于瞋恚，不作是念，挝打缚杀，为作众难。正见成就，不颠倒见，有施，有说报，有福。有善恶行果报，有此世，有父母，有众生，有世阿罗汉于此世他世，现法自知作证，我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。」（《杂阿含1039经》。）在根本说一切有部《毗奈耶.药事》里记载：「假使百千劫，所作业不亡，因缘会遇时，果报还自受。」在《涅槃经》中佛言：「善恶之报，如影随形，三世因果，循环不失，此生空过，后无追悔。」「有福为天人，非法受恶形(畜生，饿鬼，地狱众生)，圣人明独见，常善承佛令。」（《北传法句经》737偈）

五戒的违犯

我们的烦恼有三种：一、违犯性的烦恼(vītikkama kilesa)，侵犯他人，作奸犯科，破毁已受持之戒条等，是粗的烦恼；它从身语意门显现。二、纠缠性的烦恼(pariyutthāna kilesa)，只出现在意门，还未在身语门造业，是中的烦恼；三、随眠性的烦恼(anusaya kilesa)，潜伏在意识里，等待着发动的因缘，是细的烦恼。戒的持守是对付粗的违犯性的烦恼；而定的开发是对付中的纠缠性的烦恼；至于慧的开发是对付细的随眠性的烦恼。

一个修行人若在事後觉得心不安乐的话，多半是跟犯戒有关。这是检讨有没有犯戒的最简单指标。

下面从五戒来看犯戒的情况：

杀业须具备下面五个条件：（1）动机：有杀害的意念，（2）对象：对方为有情众生，（3）看法：知道他是有情众生，（4）行动：杀害的行为，（5）结果：造成受害者死亡。最重要是动机，它发动我们去造杀业

盗业须具备下面五个条件：（1）动机：有偷盗的意念，（2）物品：他人的财物值过五钱，（3）看法：知道是他人的财物，（4）行

动：偷盗的行为，自手取或教他取，（5）结果：占据他人的财物，取离原处。最重要是动机。

邪淫业须具备下面四个条件：（1）对象：男女人，以为邪淫是一种享受，（2）动机：起淫念，（3）行动：造邪淫的行为，三道交媾，（4）知道：得到淫欲的满足。最重要还是动机。

妄语业须具备下面四个条件：（1）看法：已知不是真实，（2）对象：人，（3）动机：有欺骗的意念，（3）行为：以言语欺骗的行为，（4）结果：完成欺骗的事实。最重要还是动机。

犯饮酒戒须具足二个条件：（1）对象：酒类，（2）行动：饮用。也有的说犯此戒须具足四个条件：（1）对象：迷幻物，（2）动机：饮用的欲望，（3）行动：饮用，（4）结果：迷幻物经过喉咙。最重要还是动机。

因此我们须有正念，知道分辨是恶或是善，但因为我们常不知不觉的犯戒，所以不只是正念，还要有强大的正念遏止我们的意念发动自己去做坏事。这必须靠天天皈依，天天修习持戒，时时看住心，不让它乱来，才会成功。

因此持戒的作用是让在家众持守禁戒，因持戒而培育起正念；因为正念故能时时刻刻舍弃恶不善法，培育诸善根，生起善力，解除烦恼结缚；预流道断七随眠的二随眠（即断邪见与疑，还剩欲贪、有贪、嗔、慢、无明）而证预流果。他不会随其余五随眠的粗烦恼造业而堕在恶道，也不会因过去世的恶业而生于恶道。因为善根之力而能善于观察身口意诸行的真相；令未度者得度，自度度他，以及令佛法久住。

违犯的对治

对治戒的违犯就好比盖房子，若是柱子或樑歪了，那就要矫正它，不然房子盖了绝对成为危楼。犯戒有故意作业，也有不故意或无心的。故意造作的罪业较重，属于重业或定业。因此罪业的轻重取决于最初的动机，若无意踩死一只蚂蚁，它是不定业，业报较轻。可以通

过忏悔，使这不定业变得很轻。此外通过日日皈依守戒，修定修慧，我们天天在增加善业，恶业就会被淡化。

杀生的对治是慈爱，偷盗的对治是施舍，邪淫藉由不净观来对治，妄语的对治是真实或真诚，饮酒的对治是远离与正思惟。

违犯的对治法详列如下：

1. 远离---

远离能使我们犯戒的处境。远离险恶的环境来对付烦恼。远离恶象、恶马、恶牛、恶狗、毒蛇等；远离恶道、深坑、沟涧、深泉、山岩等恶环境；这些是比喻远离恶知识、恶友、恶外道、恶邻居、恶居住处。若与恶伴党相处，不坏也学坏，对佛的圣道不疑也会生疑。

2. 离欲---

对境生心，因为定力不够，不能自持，所以要知道是欲望在作怪，学习放下心里的欲望。我们凡夫对欲望永远也没有满足。若细心观察一下自己从早到晚所做的事，无不跟欲念有关，但这欲念却是无常的，要花许许多多的时间、金钱与精力去得到它，我们内心中的欲火却烧个不停，日以继夜。在《杂阿含913经》里「佛告聚落主：是故当知，众生种种苦生，彼一切皆以欲为本，欲生，欲习（狎习），欲起，欲因，欲缘而生众苦。……若都无爱念者，则无忧苦尘劳。」

3. 疏远恶友---与恶友交往，只是造身口意的恶业，种下三恶道之缘。

4. 亲近善友---

善友品行端正，是好的榜样，又能适时规劝，提供意见。这是预流道的初支。

5. 听闻正法---

听闻邪法只有学坏，作去恶道之业。听闻正法才能提供我们心灵思维正确的资料。在《增一阿含经卷第28听法品》里佛说：「随时听法有五功德：随时承受不失次第。云何為五？（1）未曾闻者，便得闻之。（2）以得闻者，重讽诵之。（3）见不邪倾。（4）无有狐疑。（5）即解甚深之义。随时听法有五功德。」这是预流道的第二支。

6. 如理思惟---

听闻了正法之后，我们才会一层一层的思惟，把是非道理想清楚，深入认识，了解戒律，这是预流道的第三支。

7. 选择正确的方法---

饮食知量和适当，修不净观对治净想和淫想，修念死来对治放逸，修观死尸来对治淫欲想，修安般来对治纷乱想，修念休息来对治忙碌想，修观空来对治有想，修慈心以对治瞋心，修悲心以对治害心，修喜心以对治妒心，修舍心以对治我执。

8. 提起正念---

正念的修习是四念处(身念处、受念处、心念处、法念处)，因为定力不够，而几乎所有的修行者都一样，所以必须培养起强大的正念，以制止犯戒，这是绝对需要的。正念加强之后，带来正定；因为正念与正定的关系，当我们面对境尘时，当下生起正知，不为境界所惑。凡夫因为没有观照现象的真实性，整天在众多的现象中团团转，回想消失的过去，凭着不足够的经验策划未来，尝试控制变幻不定的现象，就算他们能够如愿的暂时获得成功，不久就栽在自己错误所得的结论中。这是因为他们不认识现象无常的真理。

9. 精进---

修行是天天时时的做，日积月累，时间久了，就成功了。详细的说有四种精进：即是精进令不生起未生之恶，精进断除和远离已生之恶，精进令生起未生之善法，以及精进令住于已生之善法。

10. 厌离---

在《杂阿含282经》中，佛对阿难说：「(1) 缘眼、色、生眼识，见可意(喜爱)色，欲修如来厌离正念正智。(2) 眼、色缘、生眼识，不可意(不喜爱)故，修如来不厌恶(不讨厌)正念正智。」

11. 守护根门---

在北传《法句经》中记载：「藏六如龟，防意如城，慧与魔战，胜则无患。」把六个根门好好地藏起来，以智慧与魔决战，到触六境时心能不受诱惑就没有苦患了。依守护六根门而断除烦恼。

12. 忍耐---

依忍耐苦恼而断除烦恼。常想精进修习断除恶法，修习善法。遇到有恶境磨练时，如饥渴、寒热、蚊蝇、蚤虱、风日所逼，恶人的恶声、捶杖、拳头所辱，乃至身遇诸病，极为苦痛，乃至命欲断绝时，种种极苦不乐之事皆能忍受。若不能忍受，烦恼忧愁就会生起，若能忍受苦恼，烦恼不会生起。

持戒的功德

佛说：「持五戒者，还生世间作人。」（《恒水经》（卷1））「受佛五戒者，是福德之人，无所畏避。」（《阿难问事佛吉凶经》）佛又说：「戒行之德，福应自然，天神拥护，感动十方。与天参德，功勳巍巍，众圣嗟歎，难可称量。智士达命，没身不邪，善知佛教，可得度世之道。」（《阿难问事佛吉凶经》）佛在《长阿含经》（卷二）里说道

：「世尊告诸清信士曰：凡人犯戒，有五衰耗：何谓为五？一者求财，所愿不遂；二者设有所得，日当衰耗；三者在所至处，众所不敬；四者丑名恶声，流闻天下；五者身坏命终，当入地狱。」

佛又告诸清信士：凡人持戒，有五功德：何谓为五？一者诸有所求，辄得如愿；二者所有财产，增益无损；三者所往之处，众人敬爱；四者好名善誉，周闻天下；五者身坏命终，必生天上。」

佛言：「若善男子！善女人！欲求作声闻、缘觉、佛乘者，悉成其愿。吾今成佛由其持戒，五戒、十善，无愿不获。诸比丘！若欲成其道者，当作是学。」（《增壹阿含经》24.6）

我们应常如此思惟：「(1)衰老是自然的法则，我们并不能超越衰老；(2)病苦是自然的法则，我们并不能超越病苦；(3)死亡是自然的法则，我们并不能超越死亡；(4)我们所拥有的一切，不论是喜欢或珍惜的，最后将会与我们背离或分散的；(5)我们是业的主人，是自己业的继承人，由自己的业而生，是自己业的亲族，依自己的业的支撑而活，不论我们造何种业，善的或恶的，我们必将去承担，这是肯定的，我们应当天天如此的思维及反省。」（《佛教朝暮课诵》早课）

随念自己之戒德，持戒实无毁、无穿、无污点、无杂、自在、智者所赞、无所触（不为爱与见所触，亦不为人责难），令起于定。随念戒能得近行定，但它能令近行定、安止定、道定与果定生起。佛言：「由戒生定，由定生慧，由慧得解脱」。（《长部·涅槃经》）

法增比丘谨识，澳洲佛宝寺。2010年5月9日
欢迎翻印，请先联络作者，请勿删改。

dhammavaro@163.com

<http://chinesetheravadabuddhists.community.officelive.com/> 中华南传上座部佛友协会

<http://groups.google.com/group/learning-buddhism> 学习佛法

<http://ti-sarana.blogspot.com> 皈依三宝

<http://buddha-middle-path.blogspot.com/> 佛陀中道

<http://buddhist-practice.blogspot.com> 修习佛法