

八關齋戒的受持與功德

法增比丘 (Bhikkhu Dhammavaro)

八關齋戒的修習

八關齋戒是在家人修習梵行的最好方法，八是指八條戒，關是指關閉根門，齋是指過午不食，戒是指受持八戒斷惡修善。它是在家人的增上戒學，盡一日一夜之中，遠離家居，著白衣親近三寶而住，於每月在陰曆的初八，十四，十五日，廿三，廿八，廿九，卅日（小月廿八，廿九，大月廿九，卅日）（Pakkha-uposatha）六齋日受持，但八關齋戒也可以在其它的日子裡持守。八戒內容有□(1)不殺生，(2)不偷盜，(3)不淫欲，(4)不妄語，(5)不飲酒，(6)不非時進食，(7)不唱歌、不歌舞、不奏樂、不觀看娛樂，不以鮮花、香水、及化妝品裝飾美化身體，(8)不坐睡高貴奢侈大床。求受八關齋戒時應在齋日早晨在一位比丘或比丘尼前受，若沒有，則找一位沙彌或沙彌尼前受，若不能，可在佛前自受。行者可以自己的語言受戒。

八關齋戒有三種□牧牛齋，尼犍齋，和佛法齋。根據[齋經]所說□「牧牛齋者□如牧牛人求善水草飲飼其牛，暮歸思念，何野有豐饒，須天明當復往。若族種男女已受齋戒，意在家居，利欲產業，及念美飲食，育養身者，是為如彼牧牛人意，不得大福，非大明。尼犍齋者：當月十五日齋之時，伏地受齋戒，為十由延內諸神拜言□「我今日齋不敢為惡，不名有家，彼我無親，妻子奴婢，非是我有，我非其主，然其學貴文賤質，無有正心，至到明日相名有如故事。」齋如彼者，不得大福，非大明。佛法齋者：道弟子月六齋之日受八戒。」[齋經]提到齋日應修習五念□念佛，念法，念僧，念戒，念天。

學習並受持這八戒能使行者速得成就佛道，其福不可計量。「所謂戒者，息諸惡故。戒能成道，令人歡喜，戒纏絡身，現眾好故。夫禁戒者，猶吉祥瓶，所願便克。諸道品法，皆由戒成。」([增一阿含]卷二,廣演品第三。)[對聖者之所樂不破、不穿、不雜、不穢、離脫、智者所贊，不執取，成就能發三摩地（Samadhi）之戒。]([相應部] Samyutta Nikaya,預流相應,第一經,王。)在[律藏]的[附隨](12.2)裡提到:「戒是為了防護，防護是為了免於後悔，免於後悔是為了喜悅，喜悅是為了輕安，輕安是為了心靜，心靜是為了心樂，心樂是為了心定，心定是為了正知見，正知見是為了厭離，厭離是為了不愛染，不愛染是為瞭解脫，解脫是為瞭解脫知見，解脫知見是為了完全無取無系縛。」佛言□「由戒生定，由定生慧，由慧得解脫」。([長部.涅槃經])因持戒心便得清淨，心清淨便得不悔，生起定力，得定便得生起觀照的智慧，而能解脫於生老病死苦。

根據[別譯雜阿含經]（四六）指出□「爾時佛告諸比丘□月八日，四天王遣使者案行天下，伺察世間，有慈孝父母，敬順尊長，奉事沙門婆羅門，修於善法，及行惡者，是故宜應修行善法，滅除眾惡，檢情守戒。至十四日，四天王復遣太子案行天下。至十五日，四天王自案行伺察，亦復如是。時四天王，既伺察已，往帝釋善法堂上，啓白帝釋並語□諸天世間人中，多有不孝父母，不敬沙門婆羅門者，不奉事

師及家尊長，乃至無有多持戒者。

爾時帝釋，及諸天眾，聞斯語已，慘然不樂，諸天鹹作是言□損諸天眾，益阿修羅。若世間中，有人常能孝順父母，供養沙門婆羅門，乃至多能持戒。四天王上啓帝釋，時諸天等。極大歡喜。鹹作是言。世間人中。修行善事。極爲賢善，作所應作，增益諸天，損阿修羅。」因此每月六齋日，四天王會派使者，太子，甚至親自來人間巡察，若人們佈施、持戒、孝順父母，諸天就歡喜，不然就不悅。因此，佛陀要我們於六齋日持守這八戒。

八關齋戒是一日一夜的戒，次日就舍。若有人半途要舍戒，只要跟一個人說就成舍戒。根據[薩婆多毗尼毗婆沙]（卷一）裡說□「若受齋已，欲舍齋者，不必從五眾（戒師）而舍齋也，若欲食時，趣語一人，齋即舍。」

有關經文

南傳[八關齋戒經]（Uposatha Sutta）

「如是我聞，一時佛在舍衛國，祇樹給孤獨園。

當時世尊召集眾比丘，告訴他們說□諸比丘！

眾比丘答言□世尊！

這時，諸比丘從世尊受此八關齋戒教法。

諸比丘！八關齋戒包含八條梵行聖者應遵守之戒條，能得光榮，殊勝果報及無量功德。

諸比丘！何爲梵行聖者應遵守之八關齋戒，能得光榮，殊勝果報及無量功德？

（1）諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，無有殺意。不以刀殺，無怨恨心，常懷慚愧，有慈心憐憫一切眾生。

汝等不殺生，棄舍一切殺器，無怨恨心常懷慚愧，有慈心憐憫一切眾生。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第一齋戒。

（2）諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，無貪取意，離不與而取。僅受與取物，作意爲與取之物。彼等非盜賊，行爲無有瑕疵。

汝等無貪取意，離不與而取。僅受與取物，作意爲與取之物。汝等非盜賊，行爲無有瑕疵。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第二齋戒。

（3）諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，不做不淨行。汝等所作如梵天。汝等遠離世俗之淫欲。

汝等不做不淨行，持清淨梵行，所作如梵天，行遠離淫欲。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第三齋戒。

(4) 諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，不妄語。汝等唯真實語，思念真實。汝等所言有理。汝等所言不離真實。

汝等不妄語。汝等唯真實語，思念真實。汝等所言有理。汝等所言不離真實。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第四齋戒。

(5) 諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，不飲用酒品，及一切亂性失智之麻醉品。汝等遠離一切麻醉品。

汝等不飲用酒品，及一切亂性失智之麻醉品。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第五齋戒。

(6) 諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，日中一食，不於夜晚進食。汝等不非時食。

汝等日中一食，不於夜晚進食。不非時食。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第六齋戒。

(7) 諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢，盡形壽，不歌舞戲樂及往觀聽，而自清淨身心。不著紋飾、花鬘，不香熏塗身。

汝等不歌舞戲樂及往觀聽，此乃善法之障。不著紋飾、花鬘，不香熏塗身。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第七齋戒。

(8) 諸比丘！梵行聖者作是念□

諸阿羅漢盡形壽，不坐臥高廣大床。只用低床草席。

汝等不坐臥高廣大床。只用低床草席。如是盡一日一夜受持，如阿羅漢之清淨，守持此第八齋戒。

諸比丘！以上八關齋戒，梵行聖者之所奉持，能得光榮，殊勝果報及無量功德。佛說此經已，諸比丘歡喜踴躍，信受奉行。」

北傳[佛說八關齋經]（宋居士沮渠京聲譯）

「聞如是，一時，婆迦婆（Bhagava）在舍衛城，祇樹給孤獨園。

爾時世尊告諸比丘我今當說聖八關齋，諦聽諦聽，善思念之。我今當說。

對曰如是，世尊！爾時，彼比丘從佛受教。

世尊告曰於是比丘。若信族姓子，族姓女，欲知聖八關齋。便教某甲當作是說，

(1) 猶如阿羅漢，盡形壽不殺生，亦不教人殺生，無怨恨心，當懷慚愧，有慈心潛一切眾生。我字某名某，為阿羅漢所教，自今日始，隨意所欲，不復殺生，無怨恨心，常懷慚愧，有慈心潛一切眾生。

(2) 猶如阿羅漢，盡形壽不盜，好施，亦不教人盜，常樂閑處。如是我字某名某，為阿羅漢所教，隨意所欲，不復盜竊，常懷惠施，樂閒居處。

(3) 猶如阿羅漢，盡形壽不習不淨行，常修梵行，清淨無穢，而自娛樂。如是我字某名某，為阿羅漢所教，自今已後，不復淫劬，清淨無穢。

(4) 猶如阿羅漢，盡形壽不妄語，常行審諦，最尊最貴，諸尊長為世所貴。如是我字某名某，為彼阿羅漢所教，自今已後，更不復妄語，亦不教人使習妄語，當行審諦，為世尊長不行妄語。

(5) 猶如阿羅漢，亦不飲酒。如是我字某名某，自今已後，隨意所欲，亦不飲酒，亦不教人使飲酒。

(6) 猶如阿羅漢，盡形壽不犯齋，隨時食。如是我字某名某，今一日一夜，隨意所欲，亦不犯齋，亦不教人使犯齋，隨時食。

(8) 猶如阿羅漢，盡形壽不於高好床坐。如是我字某名某，今一日一夜，不於高廣床坐，亦不教人使坐。（此戒與下戒掉換位置）

(7) 猶如阿羅漢，盡形壽不習歌舞戲樂，亦不著紋飾香熏塗身，今一日一夜，不習歌舞戲樂，亦不著紋飾香熏塗身。（此戒與上戒掉換位置）

如是修行聖八關齋，於是八關齋中，功德不可限量。言有爾所福，爾所功德，爾所福報。如是眾多福不可稱計。

諸比丘！譬如五大流水皆同一處，所謂恒伽（Ganga River）謠婆奴(Yamuna River)新頭(Sarabhu River)，阿脂耶婆提（Aciravati River），摩棄(Mahi River)，彼水所流處不可限量。言有爾所水，有爾所瓶水，有爾所千瓶百千瓶水。如是聖八關齋福不可稱量。言有爾所福，爾所功德，爾所果報，此大福不可稱計。

爾時，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行」

戒條的持守

犯戒最重要的考慮是動機，佛言□「諸法心先導，心主心所作，若以意惡行，惡語惡身行，則苦必隨彼，如輪隨獸足。」([南傳法句經]1 偈)持戒波羅蜜是以思為主要因素，它還包括三離(離身惡行，離語惡行，離邪見)，無貪，無瞋，無癡，念，慧，精進，諸心與心所。戒的相是防護人的身語業，使之導向善處；它的作用是防範；它的現起是身語意之清淨，當智者省察戒時，會知覺它是清淨三業；它的因是慚(羞於作惡)與愧(懼怕作惡)，聽法是戒的遠因。

奉持此八關齋戒，若犯前五戒，是名犯世間罪(Lokavajja)。為世間人所譴責。若犯

後三條戒，是名犯學處(Pannativajja)。行者破後三條戒時，必須是有意破戒。如無破戒之心，則無罪業果報。破前五條戒中的任一條將給破戒者帶來惡果報，破五戒後的三條學處戒，也有惡報。

第一條戒不殺生，我們應注意不要爲了口腹之欲而去殺生，但佛方便允許持戒比丘吃三淨肉；即可吃不眼見被殺的動物的肉、不耳聽被殺的動物的肉、及不疑爲我而被殺的動物的肉。在[經集]小品第二經[葷腥經]裡佛說道：「世人不克制欲望，貪求美食，過混雜不淨的生活，信奉虛無，行爲不正，思想頑迷；這才是葷腥而非肉食。」佛陀禁止食用的肉類包括人肉，象肉，馬肉，狗肉，蛇肉，獅肉，虎肉，豹肉，熊肉，黑豹肉。（見[律藏]I,218-219）此外未經煮熟的肉也禁止食用。

素食不是佛陀訂的戒律，所以修行不一定要吃素。在漢傳大乘佛教界裡有許多佛教徒認爲不殺生就是等於要素食，這是錯誤的。一個人若奉行素食爲戒律，就妨礙了證悟初果(Sotapanna)的機會，它是一種戒禁取見(Silabbatam Paramasa)。

佛陀禁止僧眾吃三種肉，凡是親眼見到宰殺的動物的肉，或是親耳聽到宰殺的動物的肉，或懷疑是宰殺了用來供養比丘的肉類，僧眾皆不可食用（見[律藏]I,218-219）。這是因爲如果比丘吃這三種見殺，聞殺，疑殺的肉就牽涉到殺生，所以不能吃。這在[律藏]中提到□“如果一個比丘看見，聽見，和懷疑這肉是爲他而殺的，他則不能吃。又在[中部·耆婆迦經]裡佛說：「耆婆迦（Jivaka）！予又說三種狀態可受用肉，三種狀態者：即不見(不見殺)、不聞(不聞殺)、無疑(無疑爲予殺)；此三種狀態可受用肉。」佛允許比丘眾吃三淨肉，因此南傳佛教國家僧眾沒有吃素就是這個原因。在家眾也可用這些作一個衡量的準則。

佛陀在世時，提婆達多爲了分裂僧團而提出了要吃素的戒律，但是爲佛陀嚴正拒絕了。這個吃素的戒律違背了托鉢乞食的原則，而且對比丘的修行沒有任何正面的意義。

有些佛教徒提出若大家不吃肉的話，因此就不會殺生或不幫助他人殺生，這種說法是不正確的，如果吃肉就等於幫助屠夫殺生，那麼吃素菜，農夫也要噴灑農藥殺蟲，趕走動物等等。此外吃肉的人並沒有殺動物的念頭，至多是有貪吃肉的念頭而已。

要犯殺戒需具足五個條件□有生命的眾生（肉無生命），知道是有生命的眾生（知道是肉），殺生的動機（沒有），殺生的行動（沒有），造成有生命的眾生死亡（沒有）。雖然有些人辯說若你不去買，雞農就不會養雞，雞就不會被殺了；但這種說法雖有道理，從造業的觀點來看買主並無殺業，反而是雞農與屠宰場犯殺業。

上市場去買已經處理好的肉品，或上餐廳吃已經處理好的肉食，都是不成問題，但是去餐廳點現宰的東西就是殺生了，因爲要親自去指定宰殺某一隻動物魚蝦等。

如果一個人心地慈悲，憐憫眾生，決定吃素，這是很好的發心。至於爲了身體健康

而吃素，這也是無可厚非的。不過現在的農場唯利是圖，常灌輸給被飼養的動物大量激生素，抗生素及其它對人體有害的藥品和飼料，因此肉品皆含有大量毒素，實不宜食它，蔬菜瓜果食品農人噴撒大量的有毒殺蟲劑，而製成的素食品也一樣含有毒害的物質在內，故此現在人們消化系統的許多病症，都是因為食用工業食品所造成的關係。

從因果業報來看，持不殺戒可得長壽，無病，無惡夢，滅除怨結，命終生天的果報。相反殺生的是短壽，多病，惡夢，怨結，命終生地獄的果報。

第二不偷盜戒，是指不是自己的財物，若用任何手段弄到手，都是犯偷盜戒。從因果業報來看，偷盜的因會得到財物損失與貧窮的果報。

第三不淫欲戒，淫欲非梵行，是不清淨的行爲，在五戒中只戒不邪淫，在家人仍然可以過夫妻正淫的生活，而八關齋戒的不淫戒要求的是清淨梵行，那就是不淫。若欲與二十種女人中任何人交媾須具足四个条件（孔道，动机，行动，知道）就犯，這二十種女人是由其母照料之女，由其父照料之女，由其父母照料之女，由其兄弟照料之女，由其姐妹照料之女，由其親屬照料之女，由其同族照料之女，由同師門下修行佛法的弟子所照料之女，由其丈夫照料之女，被國王所罰的與男子有染之女，男子購買其賣身契並娶爲妻之女，自願與男子共同生活之女，因男子的財產而爲妻之女，因希求如衣服之類的物品而爲妻的赤貧之女，已接受男子求婚並經過洗水儀式莊嚴宣誓之女，男子解脫女子重負後娶其爲妻之女，與男子結婚的奴隸女，與男子結婚的有工作之女，男子在戰鬥中贏得並與結婚之女，和男子生活一段時間並認其爲妻之女。不淫戒要斷除淫欲，以種出世的因，就是關閉生死輪回六道之門。不只是不能有淫欲的行爲，就連淫欲心都要降服它，不淫欲者身體香潔。從因果業報來看，犯淫欲者會下地獄繼續輪回。

第四不妄語戒，妄語是欺騙他人，說謊的動機是欺騙，騙取財物或他人的信心。妄語（虛誑語）是指在公眾場合，做官爲民，在親屬之中，在團體裡面，或作證人時說不誠實的話，不見而說見，見而說不見，不聞而說聞，聞而說不聞，不知而說知，知而說不知；爲自己，或爲他人，或爲了財利，知而妄語而不肯坦白舍離。妄語的果報是口有惡臭，無人信服。

第五不飲酒戒，酒能亂性，酒及麻醉藥品傷害身體，酒醉後意念失控而造十不善業。酒和發酵品各有五種麵粉酒，糖果酒，穀米酒，酵母酒，混合成分酒。花發酵品，果物發酵品，蜂蜜發酵品，甘蔗發酵品，混合成分發酵品。它包括所有麻醉藥品，若醫生配與的小劑量，作藥用不犯。佛在[中阿含.善生經]裡說：「居士子！若人飲酒放逸者，當知有六災患：一者現財物失，二者多有疾患，三者增諸鬥諍，四者隱藏髮露（把秘密說出來），五者不稱不護（人不稱讚不愛護），六者滅慧生癡。居士子！人飲酒放逸者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。」這是飲酒的過患。飲酒的果報是愚癡。

第六不非時食戒，也稱過中不食（一點以後就不准進食），或過午不食，這即是所

謂齋戒。佛只一天吃一餐，所以身體輕安便捷，常保安樂。佛也要僧眾不非時乞食，少食知足，不著於味，以免被世人譏嫌。[毗羅三昧經]裡佛言天神晨食，人午食，畜生暮食，餓鬼夜食，因此若夜食應當作藥食。若叫他人非時食，於此齋戒則不清淨。

第七不歌舞戲樂及往觀聽，不著紋飾、花鬘，不香熏塗身戒；這是用來提醒我們這世間是苦，所有的樂都是短暫的。愚癡的耽於跳舞唱歌，弄得團團轉，沉迷的不亦樂乎，把寶貴的時間都浪費了。若叫他人觀聽歌舞娛樂，雖不算破戒，但於此齋戒則不清淨。

第八不坐睡高廣大床戒，指超過膝高（一尺六寸）之床，雙人床，豪華床譬如金、銀、象牙之高貴大床。這是用來提醒我們這世間是苦，不要爲了睡覺而過於奢侈，忘了修行。以前論師列了十九條用猛獸如虎，鱷魚等形象裝飾的座位；帶長毛的皮（毛長超過四英寸）；毛線鋪蓋，由精緻刺繡而成；毛線鋪蓋，上帶精緻的圖案；毛線鋪蓋，帶有花的圖案；毛線鋪蓋，上帶精緻的各種動物圖畫；毛線鋪蓋，正反兩面帶毛髮；毛線鋪蓋，正反兩面其中一面帶毛髮；虎皮鋪蓋；紅色的蓋飾；大象座墊；馬座墊；馬車座墊；用黃金和絲綢編制，黃金修飾的鋪蓋；用絲綢編制，黃金修飾的鋪蓋；足夠十六人在上面跳舞的毛線鋪蓋；由麝貓皮製成的鋪蓋；兩端帶有紅色墊子的床；完全由木棉填充的床墊。此戒是要我們少欲知足，若叫他人坐睡高廣大床，於此齋戒則不清淨。

犯戒怎么办？

犯戒的对治是：（1）提高正念。（2）思惟造业与犯戒的条件。（3）在佛前忏悔或找一位法师询问和发露，忏悔后就安乐。（4）若破戒（故意毁戒）要重新拿三皈八戒。

杀生须具备五个条件:对象（有生命的众生），看法（有生命的众生），动机（故意要杀），行动（自作或教人作），结果（受害者死亡）。

偷盗须具备六个条件:物品（有主物），看法（知爲有主物），动机（盗心），行动（自手取或教他取），物值（过五钱），结果（取离原处）。

淫欲根據 Khuddakapatha 指出須具備四個條件:孔道（男女性根，口或便道），，
動機（意欲交媾），行動（性交），知道（清醒，有淫樂）。[梵網經 Brahmajala
Sutta]只指出兩個條件:動機（意欲交媾），行動（性根，口或便道交媾）。

妄語須具足五個條件:對象（人），話題（謊話），看法（說謊），動機（欺騙），
結果（聽者明白）。

飲酒須具足四個條件:對象（酒類或麻醉品），看法（知道），動機（意欲飲用），
行動（飲用經喉而入，或鼻吸，或以針注射而入）。

非時食須具足四個條件:對象（固體食物），看法（知道食物），時間（日中到次
日明相出），行動（咽下食物）。

歌舞戲樂及往觀聽，紋飾花鬘及香熏塗身須具足三個條件:前者；對象（歌舞戲樂
及往觀聽），看法（知道是），行動（觀聽）。後者；對象（紋飾花鬘及香熏），
看法（知道是），行動（使用飾物）

坐臥高廣大床須具足三個條件:對象（高廣華貴大床），看法（知道是），行動
（坐臥其上）

若犯了一條戒的全部的条件，即破了那條戒，若破了其中一條或多條戒，那麼行者應該重新受戒，這總比以破戒的身份來舍戒要好。不论我们造什么业，善的或是恶

的，我们都必将要承担。在根本說一切有部[毗奈耶.藥事]裡記載：「假使百千劫，

所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」在[涅槃經]中佛言：「善惡之報，如影隨

形，三世因果，迴圈不失，此生空過，後無追悔。」但业力不是一切世间现象运作的全部原因，它是二十四缘之一。若把一切现象的运作都说成是业力的控制，那就无望去修行，去断恶修善了。

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。

八關齋戒傳授方法:

南傳八關齋戒法

求授三皈八戒:

尊者大德，我（們）向您求授三皈八戒。（三次）

跟比丘誦敬佛文，皈依及戒文:

禮敬世尊、阿羅漢、正等正覺者。（三遍）

我以佛為皈依處，我以法為皈依處，我以僧伽為皈依處。

第二次我以佛為皈依處，第二次我以法為皈依處，第二次我以僧伽為皈依處。

第三次我以佛為皈依處，第三次我以法為皈依處，第三次我以僧伽為皈依處。

我願學習受持不殺生戒。
我願學習受持不偷盜戒。
我願學習受持不淫戒（梵行戒）。
我願學習受持不妄語戒。
我願學習受持不飲酒戒（任何能致使神志迷亂之物皆屬酒類之範圍）。
我願學習受持不非時（日中後至黎明）進食戒。
我願學習受持不唱歌、不跳舞、不奏樂、不觀看娛樂、不以鮮花、香水、及化妝品裝飾美化身體戒。
我願學習受持不坐睡高貴奢侈大床戒。

比丘祝福受戒者:

因持戒將給你帶來安樂，
因持戒將給你帶來財富，
因持戒將使你達證涅槃，
故此，你（們）應該嚴持此淨戒。

受戒者俯首回答:

善哉。

受完戒後，受戒者頂禮佛三拜，及頂禮法師三拜。

北傳八關齋戒法

根據[增壹阿含經]經文（卷第十六（六））所示如下:

「四部（比丘，比丘尼，沙彌，沙彌尼）之眾，當教與說八關齋法，先教作是語:

「善男子，當自稱名字，彼已稱名字，便當與說八關齋法。」

懺悔

教授者當教前人作是語:「我今奉持如來齋法，至明日清旦，修清淨戒，除去惡

法，若身惡行，口吐惡語，意生惡念，身三，口四，意三，諸有惡行，已作，當作，或能以貪欲故所造，或能以瞋恚所造，或能以愚癡所造，或能以豪族故造，或能因惡知識所造，或能今身，後身，無數身，或能不識佛，不識法，或能鬥比丘僧，或能殺害父母諸尊師長，我今自懺悔，不自覆藏，依戒，依法成其戒行，受八關如來齋法。」

受八關齋戒

(1) 持心如真人，盡形壽不殺，無有害心，于眾生有慈心之念。我今字某，持齋至明日清旦，不殺，無有害心，有慈心于一切眾生，如阿羅漢，無有邪念。

(2) 盡形壽不盜，好喜佈施。我今字某，盡形壽不盜，自今至明日持心，如是真人。

(3) 我今盡形壽，不淫泆，無有邪念，恒修梵行。身體香潔，今日持不淫之戒，亦不念己妻，復不念他女人想，至明日清旦，無所觸犯，如阿羅漢。

(4) 盡形壽不妄語，恒知至誠，不欺他人，自今至明日不妄語，我自今以後，不復妄語，如阿羅漢。

(5) 不飲酒，心意不亂，持佛禁戒，無所觸犯，我今亦當如是，自今日至明旦，不復飲酒，持佛禁戒，無所觸犯，如阿羅漢。

(6) 盡形壽不壞齋法，恒以時食，少食知足，不著於味，我今亦如是，盡形壽不壞齋法，恒以時食，少食知足，不著於味，從今日至明旦，如阿羅漢。

(8) 恒不在高廣之床上坐，所謂高廣之床，金，銀，象牙之床，或角床，佛座，辟支佛座，阿羅漢座，諸尊師座。是時，阿羅漢不在此八種座，我亦上坐不犯此坐，如阿羅漢。(此戒與下戒掉換位置)

(7) (不歌舞倡樂) 不著香華，脂粉之飾，我今亦當如是，盡形壽 (不歌舞倡樂) 不著香華，脂粉之好。我今字某，離此八事，奉持八關齋法。」(此戒與上戒掉換位置，還缺了不唱歌、不跳舞、不奏樂、不觀看娛樂的戒文)

回向

受完戒後，誦回向，受戒者頂禮佛三拜，及頂禮法師三拜。

持戒的功德

佛陀说:「诸居士! 受持戒、成就戒者有五项功德:是哪五项呢?

诸居士! 此处受持戒、成就戒者因不放逸而得积聚大财富, 此乃受持戒、成就戒的第一功德。

诸居士! 其次受持戒、成就戒者会得到美好的名声, 此乃受持戒、成就戒的第二功德。

诸居士! 其次受持戒、成就戒者不论到哪一个集会的场所, 刹帝利聚会、婆罗门聚会、居士聚会、或是到沙门聚会, 都能无所畏惧无有羞惭, 此乃受持戒、成就戒的第三功德。

诸居士! 其次受持戒、成就戒者不会迷乱而死, 此乃受持戒、成就戒的第四功德。

诸居士! 其次受持戒、成就戒者在身坏命终之后, 转生於善趣、天界, 此乃受持戒、成就戒的第五功德。」(巴利[律藏.大品.药犍度]和[长部.16经], [長阿含.遊行經])

因此持戒的直接功德有以下五点:

- (1) 得大财富，
- (2) 有好名声，
- (3) 处眾无畏，
- (4) 死不迷乱，
- (5) 命终生天。

受持八關齋戒可得無量的殊勝功德，根據南北傳各經文所載，可以歸納為以下十項：

(1) 不墮惡道:[優陂夷墮舍迦(Visākha)經]裡佛說：「佛告墮舍迦：佛正齋法有八戒，使人得度世道，不復墮三惡處，所生常有福佑，亦從八戒本因緣致成佛。」

[十善戒經]指出:「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。」

(2) 名聞有信:[長阿含.遊行經]指出:「好名善譽，周聞天下。」[十善業道經]指出:

「若離妄語，得八天所贊法:一口常清淨，優钵華香，二為諸世間之所信伏，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。」

(3) 相貌端正:[佛說長者施報經]:「複次淨意，世間一類男子女人，不起忿恨嗔恚

之心，不生過失，由此因緣，身壞命終，得生善趣，受天人身。天中報盡，來生人間，在在所生，相貌端正。淨意當知，由不忿恚因，感端正果。」[佛爲首迦長者

說業報差別經]:「復有十業，能令眾生得端正報：一者，不瞋；二者，施衣；三

者，愛敬父母；四者，尊重賢聖；五者，塗飾佛塔；六者，掃灑堂宇；七者，掃灑僧地；八者，掃灑佛塔；九者，見醜陋者，不生輕賤，起恭敬心；十者，見端正者，曉悟宿因；以是十業，得端正報。」

(4) 無願不獲:[長阿含.遊行經]:「凡人持戒，....諸有所求，輒得如願。」[增一阿

含經]24.6 佛言:「若善男子!善女人!欲求作聲聞、緣覺、佛乘者，悉成其願。吾今成佛由其持戒，五戒、十善，無願不獲。諸比丘!若欲成其道者，當作是學。」[優婆夷墮舍迦(Visākhā)經]裡佛說:「天下人多憂家事，我用是故，使一月六齋持八戒。若有賢善人，欲急得阿羅漢道者，若欲疾得佛道者，若欲生天上者，能自端其心一其意者，一月十五日齋亦善，二十日齋亦善。」

(5) 命終生天:[長阿含.遊行經]指出:「身壞命終，必生天上。」[長部.16 经]:「成就戒者在身坏命终之后，转生於善趣、天界。」

(6) 財物增益:[長阿含.遊行經]指出:「所有財產，增益無損。」佛在[中阿含.善生經]裡說道:「居士子!若人飲酒放逸者，當知有六災患：一者現財物失，二者多有疾患，三者增諸鬥爭，四者隱藏髮露(把秘密說出來)，五者不稱不護(人不稱讚不愛護)，六者滅慧生癡。居士子!人飲酒放逸者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。」這是飲酒的過患，它實無利益。[優婆夷墮舍迦(Visākhā)經]裡佛說:「佛告優婆夷墮舍迦：持八戒齋一日一夜不失者，勝持金銀珠寶施與比丘僧也。」

(7) 眾人敬愛:[長阿含·遊行經]指出:「所往之處，眾人敬愛。」[十善業道經]指出:

「若離偷盜，得十可保信法:一資財盈集，王賊水火及忌妒人不能散滅，二多人愛

念，三人不欺負，四十方讚美，五不憂損害，六善名流布，七處眾無畏，八財、命、色(身)、力(體力)安樂，辯才具足無缺，九常懷施意，十命終生天。」

(8) 身健長壽:[十善業道經]指出:「若離殺生，成就十離惱法:一于眾生普施無

畏，二于眾生起大慈心，三永斷瞋恚，四身常無病，五壽命長，六非人常守護，七常無惡夢，寢覺快樂，八滅除怨結，九無惡道怖，十命終生天。」

(9) 諸根調順:[十善業道經]指出:「若離邪淫，得四智(者)所贊法:一諸根調順，二

永離喧(吵)掉(悔)，三世所稱歎，四妻莫能侵。」[海龍王經·卷三]「人不犯邪淫，得四明智所歎之德，何等四?攝護諸根，離諸調戲;一切世間，悉共稱歎;已離邪淫，無敢輕眇其妻室者;以是德本，志願無上，正真之道，得大人相，馬陰之藏。」

(10) 得福無量:[優婆塞戒經]指出:「與一月六齋。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。」[優婆塞戒經]指出:「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。」

法增比丘，澳洲悉尼雲居蘭若，15.11.2007

願眾生安樂!

版權所有©若欲翻印，請先聯絡作者。請勿刪改。

dhammavaro@hotmail.com

dhammavaro@hotmail.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

<http://w0.5ilog.com/cgi-bin/bbs/sys2/mybbs.aspx?id=0x43737400> 学习南传佛法