

# 八关斋戒的受持与功德

法增比丘 (Bhikkhu Dhammavaro)

## 八关斋戒的修习

八关斋戒是在家人修习梵行的最好方法，八是指八条戒，关是指关闭根门，斋是指过午不食，戒是指受持八戒断恶修善。它是在家人的增上戒学，尽一日一夜之中，远离家居，著白衣亲近三宝而住，于每月在阴历的初八，十四，十五日，廿三，廿八，廿九，卅日（小月廿八，廿九，大月廿九，卅日）（Pakkha-uposatha）六斋日受持，但八关斋戒也可以在其它的日子里持守。八戒内容有：(1)不杀生，(2)不偷盗，(3)不淫欲，(4)不妄语，(5)不饮酒，(6)不非时进食，(7)不唱歌、不歌舞、不奏乐、不观看娱乐，不以鲜花、香水、及化妆品装饰美化身体，(8)不坐睡高贵奢侈大床。求受八关斋戒时应在斋日早晨在一位比丘或比丘尼前受，若没有，则找一位沙弥或沙弥尼前受，若不能，可在佛前自受。行者可以自己的语言受戒。

八关斋戒有三种：牧牛斋，尼犍斋，和佛法斋。根据[斋经]所说：「牧牛齋者：如牧牛人求善水草饮饲其牛，暮归思念，何野有丰饶，须天明当复往。若族种男女已受斋戒，意在家居，利欲产业，及念美饮食，育养身者，是为如彼牧牛人意，不得大福，非大明。尼犍斋者：当月十五日斋之时，伏地受斋戒，为十由延内诸神拜言：「我今日斋不敢为恶，不名有家，彼我无亲，妻子奴婢，非是我有，我非其主，然其学贵文贱质，无有正心，至到明日相名有如故事。」斋如彼者，不得大福，非大明。佛法斋者：道弟子月六斋之日受八戒。」[斋经]提到斋日应修习五念：念佛，念法，念僧，念戒，念天。

学习并受持这八戒能使行者速得成就佛道，其福不可计量。「所谓戒者，息诸恶故。戒能成道，令人欢喜，戒纒络身，现众好故。夫禁戒者，犹吉祥瓶，所愿便克。诸道品法，皆由戒成。」([增一阿含]卷二,广演品第三。)[对圣者之所乐不破、不穿、不杂、不穢、离脱、智者所赞，不执取，成就能发三摩地 (Samadhi) 之戒。]([相应部] Samyutta Nikaya, 预流相应, 第一经, 王。)在[律藏]的[附随](12.2)里提到：「戒是为了防护，防护是为了免於後悔，免於後悔是为了喜悦，喜悦是为了轻安，轻安是为了心静，心静是为了心乐，心乐是为了心定，心定是为了正知见，正知见是为了厌离，厌离是为了不沾染，不沾染是为了解脱，解脱是为了解脱知见，解脱知见是为了完全无取无系缚。」佛言：「由戒生定，由定生慧，由慧得解脱」。([长部.涅槃经])因持戒心便得清净，心清净便得不悔，生起定力，得定便得生起观照的智慧，而能解脱于生老病死苦。

根据[别译杂阿含经](四六)指出：「尔时佛告诸比丘：月八日，四天王遣使者案行天下，伺察世间，有慈孝父母，敬顺尊长，奉事沙门婆罗门，修于善法，及行恶者，是故宜应修行善法，灭除众恶，捡情守戒。至十四日，四天王复遣太子案行天下。至十五日，四天王自案行伺察，亦复如是。时四天王，既伺察已，往帝释善法

堂上，启白帝释并语：诸天世间人中，多有不孝父母，不敬沙门婆罗门者，不奉事师及家尊长，乃至无有多持戒者。

尔时帝释，及诸天众，闻斯语已，惨然不乐，诸天咸作是言：损诸天众，益阿修罗。若世间中，有人常能孝顺父母，供养沙门婆罗门，乃至多能持戒。四天王上启帝释，时诸天等。极大欢喜。咸作是言。世间人中。修行善事。极为贤善，作所应作，增益诸天，损阿修罗。」因此每月六斋日，四天王会派使者，太子，甚至亲自来人间巡察，若人们布施、持戒、孝顺父母，诸天就欢喜，不然就不悦。因此，佛陀要我们于六斋日持守这八戒。

八关斋戒是一日一夜的戒，次日就舍。若有人半途要舍戒，只要跟一个人说就成舍戒。根据[萨婆多毗尼毗婆沙]（卷一）里说：「若受斋已，欲舍斋者，不必从五众（戒师）而舍斋也，若欲食时，趣语一人，斋即舍。」

有关经文：

### 南传[八关斋戒经]（Uposatha Sutta）

「如是我闻，一时佛在舍卫国，祇树给孤独园。

当时世尊召集众比丘，告诉他们说：诸比丘！

众比丘答言：世尊！

这时，诸比丘从世尊受此八关斋戒教法。

诸比丘！ 八关斋戒包含八条梵行圣者应遵守之戒条，能得光荣，殊胜果报及无量功德。

诸比丘！ 何为梵行圣者应遵守之八关斋戒，能得光荣，殊胜果报及无量功德？

（1）诸比丘！ 梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，无有杀意。不以刀杀，无怨恨心，常怀惭愧，有慈心怜悯一切众生。

汝等不杀生，弃舍一切杀器，无怨恨心常怀惭愧，有慈心怜悯一切众生。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第一斋戒。

（2）诸比丘！ 梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，无贪取意，离不与而取。仅受与取物，作意为与取之物。彼等非盗贼，行为无有瑕疵。

汝等无贪取意，离不与而取。仅受与取物，作意为与取之物。汝等非盗贼，行为无有瑕疵。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第二斋戒。

（3）诸比丘！ 梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，不做不净行。汝等所作如梵天。汝等远离世俗之淫欲。

汝等不做不净行，持清净梵行，所作如梵天，行远离淫欲。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第三斋戒。

(4) 诸比丘！梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，不妄语。汝等唯真实语，思念真实。汝等所言有理。汝等所言不离真实。

汝等不妄语。汝等唯真实语，思念真实。汝等所言有理。汝等所言不离真实。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第四斋戒。

(5) 诸比丘！梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，不饮用酒品，及一切乱性失智之麻醉品。汝等远离一切麻醉品。

汝等不饮用酒品，及一切乱性失智之麻醉品。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第五斋戒。

(6) 诸比丘！梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，日中一食，不于夜晚进食。汝等不非时食。

汝等日中一食，不于夜晚进食。不非时食。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第六斋戒。

(7) 诸比丘！梵行圣者作是念：

诸阿罗汉，尽形寿，不歌舞戏乐及往观听，而自清净身心。不著纹饰、花鬘，不香熏涂身。

汝等不歌舞戏乐及往观听，此乃善法之障。不著纹饰、花鬘，不香熏涂身。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第七斋戒。

(8) 诸比丘！梵行圣者作是念：

诸阿罗汉尽形寿，不坐卧高广大床。只用低床草席。

汝等不坐卧高广大床。只用低床草席。如是尽一日一夜受持，如阿罗汉之清净，守持此第八斋戒。

诸比丘！以上八关斋戒，梵行圣者之所奉持，能得光荣，殊胜果报及无量功德。佛说此经已，诸比丘欢喜踊跃，信受奉行。」

**北传[佛说八关斋经]**（宋居士沮渠京声译）

「闻如是，一时，婆迦婆（Bhagava）在舍卫城，祇树给孤独园。

尔时世尊告诸比丘：我今当说圣八关斋，谛听谛听，善思念之。我今当说。

对曰：如是，世尊！尔时，彼比丘从佛受教。

世尊告曰：於是比丘。若信族姓子，族姓女，欲知圣八关斋。便教某甲当作是说，

(1) 犹如阿罗汉，尽形寿不杀生，亦不教人杀生，无怨恨心，当怀惭愧，有慈心愍一切众生。我字某名某，为阿罗汉所教，自今日始，随意所欲，不复杀生，无怨恨心，常怀惭愧，有慈心愍一切众生。

(2) 犹如阿罗汉，尽形寿不盗，好施，亦不教人盗，常乐闲处。如是我字某名某，为阿罗汉所教，随意所欲，不复盗窃，常怀惠施，乐闲居处。

(3) 犹如阿罗汉，尽形寿不习不净行，常修梵行，清净无秽，而自娱乐。如是我字某名某，为阿罗汉所教，自今已後，不复淫劬，清净无秽。

(4) 犹如阿罗汉，尽形寿不妄语，常行审谛，最尊最贵，诸尊长为世所贵。如是我字某名某，为彼阿罗汉所教，自今已後，更不复妄语，亦不教人使习妄语，当行审谛，为世尊长不行妄语。

(5) 犹如阿罗汉，亦不饮酒。如是我字某名某，自今已後，随意所欲，亦不饮酒，亦不教人使饮酒。

(6) 犹如阿罗汉，尽形寿不犯斋，随时食。如是我字某名某，今一日一夜，随意所欲，亦不犯斋，亦不教人使犯斋，随时食。

(8) 犹如阿罗汉，尽形寿不於高好床坐。如是我字某名某，今一日一夜，不於高广床坐，亦不教人使坐。（此戒与下戒掉换位置）

(7) 犹如阿罗汉，尽形寿不习歌舞戏乐，亦不着纹饰香熏涂身，今一日一夜，不习歌舞戏乐，亦不着纹饰香熏涂身。（此戒与上戒掉换位置）

如是修行圣八关斋，於是八关斋中，功德不可限量。言有尔所福，尔所功德，尔所福报。如是众多福不可称计。

诸比丘！譬如五大流水皆同一处，所谓：恒伽（Ganga River） 谣婆奴（Yamuna River） 新头（Sarabhu River），阿脂耶婆提（Aciravati River），摩弃（Mahi River），彼水所流处不可限量。言有尔所水，有尔所瓶水，有尔所千瓶百千瓶水。如是圣八关斋福不可称量。言有尔所福，尔所功德，尔所果报，此大福不可称计。

尔时，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行」

## 戒条的持守

犯戒最重要的考虑是动机，佛言：「诸法心先导，心主心所作，若以意恶行，恶语恶身行，则苦必随彼，如轮随兽足。」（[南传法句经]1 偈）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，使之导向善处；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。

奉持此八关斋戒，若犯前五戒，是名犯世间罪(Lokavajja)。为世间人所谴责。若犯后三条戒，是名犯学处(Pannativajja)。行者破后三条戒时，必须是有心破戒。如无破戒之心，则无罪业果报。破前五条戒中的任一条将给破戒者带来恶果报，破五戒后的三条学处戒，也有恶报。

第一条戒不杀生，我们应注意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[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。」佛陀禁止食用的肉类包括人肉，象肉，马肉，狗肉，蛇肉，狮肉，虎肉，豹肉，熊肉，黑豹肉。（见[律藏]I,218-219）此外未经煮熟的肉也禁止食用。

素食不是佛陀订的戒律，所以修行不一定要吃素。在汉传大乘佛教界里有许多佛教徒认为不杀生就是等于要素食，这是错误的。一个人若奉行素食为戒律，就妨碍了证悟初果(Sotapanna)的机会，它是一种戒禁取见(Silabbatam Paramasa)。

佛陀禁止僧众吃三种肉，凡是亲眼见到宰杀的动物的肉，或是亲耳听到宰杀的动物的肉，或怀疑是宰杀了用来供养比丘的肉类，僧众皆不可食用（见[律藏]I,218-219）。这是因为如果比丘吃这三种见杀，闻杀，疑杀的肉就牵涉到杀生，所以不能吃。这在[律藏]中提到：“如果一个比丘看见，听见，和怀疑这肉是为他而杀的，他则不能吃。又在[中部·耆婆迦经]里佛说：「耆婆迦（Jivaka）！予又说三种状态可受用肉，三种状态者：即不见(不见杀)、不闻(不闻杀)、无疑(无疑为予杀)；此三种状态可受用肉。」佛允许比丘众吃三净肉，因此南传佛教国家僧众没有吃素就是这个原因。在家众也可用这些作一个衡量的准则。

佛陀在世时，提婆达多为了分裂僧团而提出了要吃素的戒律，但是为佛陀严正拒绝了。这个吃素的戒律违背了托钵乞食的原则，而且对比丘的修行没有任何正面的意义。

有些佛教徒提出若大家不吃肉的话，因此就不会杀生或不帮助他人杀生，这种说法是不正确的，如果吃肉就等於帮助屠夫杀生，那么吃素菜，农夫也要喷洒农药杀虫，赶走动物等等。此外吃肉的人并没有杀动物的的念头，至多是有贪吃肉的念头而已。

要犯杀戒需具足五个条件：有生命的众生（肉无生命），知道是有生命的众生（知道是肉），杀生的动机（没有），杀生的行动（没有），造成有生命的众生死亡（没有）。虽然有些人辩说若你不去买，鸡农就不会养鸡，鸡就不会被杀了；但这种说法虽有道理，从造业的观点来看买主并无杀业，反而是鸡农与屠宰场犯杀业。

上市场去买已经处理好的肉品，或上餐厅吃已经处理好的肉食，都是不成问题，但是去餐厅点现宰的东西就是杀生了，因为要亲自去指定宰杀某一只动物鱼虾等。

如果一个人心地慈悲，怜悯众生，决定吃素，这是很好的发心。至于为了身体健康而吃素，这也是无可厚非的。不过现在的农场唯利是图，常灌输给被饲养的动物大量激素，抗生素及其它对人体有害的药品和饲料，因此肉品皆含有大量毒素，实不宜食它，蔬菜瓜果食品农人喷撒大量的有毒杀虫剂，而制成的素食品也一样含有毒害的物质在内，故此现在人们消化系统的许多病症，都是因为食用工业食品所造成的关系。

从因果业报来看，持不杀戒可得长寿，无病，无恶梦，灭除怨结，命终生天的果报。相反杀生的是短寿，多病，恶梦，怨结，命终生地狱的果报。

第二不偷盗戒，是指不是自己的财物，若用任何手段弄到手，都是犯偷盗戒。从因果业报来看，偷盗的因会得到财物损失与贫穷的果报。

第三不淫欲戒，淫欲非梵行，是不清净的行为，在五戒中只戒不邪淫，在家人仍然可以过夫妻正淫的生活，而八关斋戒的不淫戒要求的是清净梵行，那就是不淫。若欲与二十种女人中任何人交媾须具足四个条件（孔道，动机，行动，知道）就犯，这二十种女人是：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，由其亲属照料之女，由其同族照料之女，由同师门下修行佛法的弟子所照料之女，由其丈夫照料之女，被国王所罚的与男子有染之女，男子购买其卖身契并娶为妻之女，自愿与男子共同生活之女，因男子的财产而为妻之女，因希求如衣服之类的物品而为妻的赤贫之女，已接受男子求婚并经过洗水仪式庄严宣誓之女，男子解脱女子重负后娶其为妻之女，与男子结婚的奴隶女，与男子结婚的有工作之女，男子在战斗中赢得并与结婚之女，和男子生活一段时间并认其为妻之女。不淫戒要断除淫欲，以种出世的因，就是关闭生死轮回六道之门。不只是不能有淫欲的行为，就连淫欲心都要降服它，不淫欲者身体香洁。从因果业报来看，犯淫欲者会下地狱继续轮回。

第四不妄语戒，妄语是欺骗他人，说谎的动机是欺骗，骗取财物或他人的信心。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舍离。妄语的果报是口有恶臭，无人信服。

第五不饮酒戒，酒能乱性，酒及麻醉药品伤害身体，酒醉后意念失控而造十不善业。酒和发酵品各有五种：面粉酒，糖果酒，谷米酒，酵母酒，混合成分酒。花发酵品，果物发酵品，蜂蜜发酵品，甘蔗发酵品，混合成分发酵品。它包括所有麻醉药品，若医生配与的小剂量，作药用不犯。佛在[中阿含.善生经]里说：「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

净，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。」这是饮酒的过患。饮酒的果报是愚痴。

第六不非时食戒，也称过中不食（一点以后就不准进食），或过午不食，这即是所谓斋戒。佛只一天吃一餐，所以身体轻安便捷，常保安乐。佛也要僧众不非时乞食，少食知足，不着于味，以免被世人讥嫌。[毗罗三昧经]里佛言天神晨食，人午食，畜生暮食，饿鬼夜食，因此若夜食应当作药食。若叫他人非时食，于此斋戒则不清净。

第七不歌舞戏乐及往观听，不著纹饰、花鬘，不香熏涂身戒；这是用来提醒我们这世间是苦，所有的乐都是短暂的。愚痴的耽于跳舞唱歌，弄得团团转，沉迷的不亦乐乎，把宝贵的时间都浪费了。若叫他人观听歌舞娱乐，虽不算破戒，但于此斋戒则不清净。

第八不坐睡高广大床戒，指超过膝高（一尺六寸）之床，双人床，豪华床譬如金、银、象牙之高贵大床。这是用来提醒我们这世间是苦，不要为了睡觉而过于奢侈，忘了修行。以前论师列了十九条：用猛兽如虎，鳄鱼等形象装饰的座位；带长毛的皮（毛长超过四英寸）；毛线铺盖，由精致刺绣而成；毛线铺盖，上带精致的图案；毛线铺盖，带有花的图案；毛线铺盖，上带精致的各种动物图画；毛线铺盖，正反两面带毛发；毛线铺盖，正反两面其中一面带毛发；虎皮铺盖；红色的盖饰；大象座垫；马座垫；马车座垫；用黄金和丝绸编制，黄金修饰的铺盖；用丝绸编制，黄金修饰的铺盖；足够十六人在上面跳舞的毛线铺盖；由麝猫皮制成的铺盖；两端带有红色垫子的床；完全由木棉填充的床垫。此戒是要我们少欲知足，若叫他人坐睡高广大床，于此斋戒则不清净。

## 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（知为有主物），动机（盗心），行动（自手取或教他取），物值（过五钱），结果（取离原处）。

淫欲根据 Khuddakapatha 指出须具备四个条件：孔道（男女性根，口或便道），，动机（意欲交媾），行动（性交），知道（清醒，有淫乐）。[梵网经 Brahmajala Sutta]只指出两个条件：动机（意欲交媾），行动（性根，口或便道交媾）。

妄语须具足五个条件：对象（人），话题（谎话），看法（说谎），动机（欺骗），结果（听者明白）。

饮酒须具足四个条件：对象（酒类或麻醉品），看法（知道），动机（意欲饮用），行动（饮用经喉而入，或鼻吸，或以针注射而入）。

非时食须具足四个条件：对象（固体食物），看法（知道食物），时间（日中到次日明相出），行动（咽下食物）。

歌舞戏乐及往观听，纹饰花鬘及香熏涂身须具足三个条件：前者；对象（歌舞戏乐及往观听），看法（知道是），行动（观听）。后者；对象（纹饰花鬘及香熏），看法（知道是），行动（使用饰物）

坐卧高广大床须具足三个条件：对象（高广大床），看法（知道是），行动（坐卧其上）

若犯了一条戒的全部的条件，即破了那条戒，若破了其中一条或多条戒，那么行者应该重新受戒，这总比以破戒的身份来舍戒要好。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。」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。

## 八关斋戒传授方法：

### 南传八关斋戒法

#### 求授三皈八戒：

尊者大德，我（们）向您求授三皈八戒。（三次）

#### 跟比丘诵敬佛文，皈依及戒文：

礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉者。（三遍）

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。

我愿学习受持不杀生戒。

我愿学习受持不偷盗戒。

我愿学习受持不淫戒（梵行戒）。

我愿学习受持不妄语戒。

我愿学习受持不饮酒戒（任何能致使神志迷乱之物皆属酒类之范围）。

我愿学习受持不非时（日中后至黎明）进食戒。

我愿学习受持不唱歌、不跳舞、不奏乐、不观看娱乐、不以鲜花、香水、及化妆品装饰美化身体戒。

我愿学习受持不坐睡高贵奢侈大床戒。

**比丘祝福受戒者：**

因持戒将给你带来安乐，

因持戒将给你带来财富，

因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。

受完戒后，受戒者顶礼佛三拜，及顶礼法师三拜。

## 北传八关斋戒法

根据[增壹阿含经]经文（卷第十六（六））所示如下：

「四部（比丘，比丘尼，沙弥，沙弥尼）之众，当教与说八关斋法，先教作是语：

「善男子，当自称名字，彼已称名字，便当与说八关斋法。」

### 忏悔

教授者当教前人作是语：「我今奉持如来斋法，至明日清旦，修清净戒，除去恶法，若身恶行，口吐恶语，意生恶念，身三，口四，意三，诸有恶行，已作，当作，或能以贪欲故所造，或能以瞋恚所造，或能以愚痴所造，或能以豪族故造，或能因恶知识所造，或能今身，后身，无数身，或能不识佛，不识法，或能斗比丘僧，或能杀害父母诸尊师长，我今自忏悔，不自覆藏，依戒，依法成其戒行，受八关如来斋法。」

### 受八关斋戒

(1) 持心如真人，尽形寿不杀，无有害心，于众生有慈心之念。我今字某，持斋至明日清旦，不杀，无有害心，有慈心于一切众生，如阿罗汉，无有邪念。

(2) 尽形寿不盗，好喜布施。我今字某，尽形寿不盗，自今至明日持心，如是真人。

(3) 我今尽形寿，不淫泆，无有邪念，恒修梵行。身体香洁，今日持不淫之戒，亦不念己妻，复不念他女人想，至明日清旦，无所触犯，如阿罗汉。

(4) 尽形寿不妄语，恒知至诚，不欺他人，自今至明日不妄语，我自今以后，不复妄语，如阿罗汉。

(5) 不饮酒，心意不乱，持佛禁戒，无所触犯，我今亦当如是，自今日至明旦，不复饮酒，持佛禁戒，无所触犯，如阿罗汉。

(6) 尽形寿不坏斋法，恒以时食，少食知足，不着于味，我今亦如是，尽形寿不坏斋法，恒以时食，少食知足，不着于味，从今日至明旦，如阿罗汉。

(8) 恒不在高广之床上坐，所谓高广之床，金，银，象牙之床，或角床，佛座，辟支佛座，阿罗汉座，诸尊师座。是时，阿罗汉不在此八种座，我亦上坐不犯此坐，如阿罗汉。（此戒与下戒掉换位置）

(7)（不歌舞倡乐）不着香华，脂粉之饰，我今亦当如是，尽形寿（不歌舞倡乐）不着香华，脂粉之好。我今字某，离此八事，奉持八关斋法。」（此戒与上戒掉换位置，还缺了不唱歌、不跳舞、不奏乐、不观看娱乐的戒文）

## 回向

受完戒后，诵回向，受戒者顶礼佛三拜，及顶礼法师三拜。

## 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，刹帝利众会、婆罗门众会、居士众会、或是到沙门众会，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]，[长阿含.游行经])

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。

受持八关斋戒可得无量的殊胜功德，根据南北传各经文所载，可以归纳为以下十项：

(1) 不堕恶道：[优陂夷堕舍迦(Visākhā)经]里佛说：「佛告堕舍迦：佛正斋法有八戒，使人得度世道，不复堕三恶处，所生常有福佑，亦从八戒本因缘致成佛。」[十善戒经]指出：「持此(八戒)受斋功德，不堕地狱，不堕饿鬼，不堕畜生，不堕阿修罗，常生人中，正见出家，得涅槃道；若生天上，恒生梵天，值佛出世，请转法轮。」

(2) 名闻有信：[长阿含.游行经]指出：「好名善誉，周闻天下。」[十善业道经]指出：「若离妄语，得八天所赞法：一口常清净，优钵华香，二为诸世间之所信伏，三发言成证，人天敬爱，四常以爱语，安慰众生，五得胜意乐，三业清净，六言无误失，心常欢喜，七发言尊重，人天奉行，八智慧殊胜，无能制伏。」

(3) 相貌端正：[佛说长者施报经]：「复次净意，世间一类男子女人，不起忿恨嗔恚之心，不生过失，由此因缘，身坏命终，得生善趣，受天人身。天中报尽，来生人间，在在所生，相貌端正。净意当知，由不忿恚因，感端正果。」[佛为首迦长者说业报差别经]：「复有十业，能令众生得端正报：一者，不瞋；二者，施衣；三者，爱敬父母；四者，尊重贤圣；五者，涂饰佛塔；六者，扫洒堂宇；七者，扫洒僧地；八者，扫洒佛塔；九者，见丑陋者，不生轻贱，起恭敬心；十者，见端正者，晓悟宿因：以是十业，得端正报。」

(4) 无愿不获：[长阿含.游行经]：「凡人持戒，...诸有所求，辄得如愿。」[增一阿含经]24.6 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。」[优陂夷堕舍迦(Visākhā)经]里佛说：「天下人多忧家事，我用是故，使一月六斋持八戒。若有贤善人，欲急得阿罗汉道者，若欲疾得佛道者，若欲生天上者，能自端其心一其意者，一月十五日斋亦善，二十日斋亦善。」

(5) 命终生天：[长阿含·游行经]指出：「身坏命终，必生天上。」[长部.16经]：「成就戒者在身坏命终之后，转生於善趣、天界。」

(6) 财物增益：[长阿含·游行经]指出：「所有财产，增益无损。」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。」这是饮酒的过患，它实无利益。[优陂夷堕舍迦(Visākhā)经]里佛说：「佛告优陂夷堕舍迦：持八戒斋一日一夜不失者，胜持金银珠玑施与比丘僧也。」

(7) 众人敬爱：[长阿含·游行经]指出：「所往之处，众人敬爱。」[十善业道经]指出：「若离偷盗，得十可保信法：一资财盈集，王贼水火及忌妒人不能散灭，二多人爱念，三人不欺负，四十方赞美，五不忧损害，六善名流布，七处众无畏，八财、命、色(身)、力(体力)安乐，辩才具足无缺，九常怀施意，十命终生天。」

(8) 身健长寿：[十善业道经]指出：「若离杀生，成就十离恼法：一于众生普施无畏，二于众生起大慈心，三永断瞋恚，四身常无病，五寿命长，六非人常守护，七常无恶梦，寢觉快乐，八灭除怨结，九无恶道怖，十命终生天。」

(9) 诸根调顺：[十善业道经]指出：「若离邪淫，得四智(者)所赞法：一诸根调顺，二永离喧(吵)掉(悔)，三世所称叹，四妻莫能侵。」[海龙王经·卷三]「人不犯邪淫，得四明智所叹之德，何等四？摄护诸根，离诸调戏；一切世间，悉共称叹；已离邪淫，无敢轻眄其妻室者；以是德本，志愿无上，正真之道，得大人相，马阴之藏。」

(10) 得福无量：[优陂夷堕舍迦(Visākhā)经]：「与一月六斋。六日斋者，譬如海水不可斛量，其有斋戒一日一夜者，其福不可计。」[优婆塞戒经]指出：「凡是斋日，悉断诸恶罚戮之事。若能如是清净受持八戒斋者，是人得无量果报，至无上乐。」

法增比丘，澳洲悉尼云居兰若，15. 11. 2007

愿众生安乐！

版权所有©若欲翻印，请先联络作者。请勿删改。

[dhammavaro@hotmail.com](mailto: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