



《八關齋戒儀軌》 聖十一面觀音斷食儀軌



喇嘛策旺 講授

張福成 居士口譯



今天就『八關齋戒』的內容作一個解釋，所要講述的內容包括哪些呢？包括『八關齋戒』的歷史、觀世音菩薩身相的解釋、傳承上師的傳記、『八關齋戒』應當守護的項目、戒條的本質、守護戒律的利益，不守護戒律的過失.....這些要點都應當詳細來了解！原因何在呢？如果不了解這些要點的話，就不能產生信心，也對教法沒有渴求之心。所以應當事先對這些要點加以了解。

就『八關齋戒』的實修言，須在兩天兩夜之中守護戒律，又復斷食、禁語，因此有一點不方便；所以，許多人這樣想：『這個法很辛苦，很困難』。如果有這樣的想法的話，可能會造成修法的力量跟信心的衰損，有此危險存在。是故，如果在沒有了解此教法前，就請求這個教法是沒有什麼意義的。應當在了解此教法之後，再請求這個教法。就此教法而言，跟其他的法不一樣，非常殊勝！因此，即使是有點困難、束縛，也當令修法的力量跟虔誠之心不要衰損才好。

在了解此教法的歷史後，修此法時，不管肚子怎麼餓、怎麼辛苦，心裡面都有喜悅和快樂。想著：『得此人身寶，有幸能見到、進入十一面觀音的壇城之中，來守護清淨戒條，雖然是有些困難、束縛不便，仍然感覺非常喜悅、快樂！』不僅如此，就自己與一切眾生而言，因於修此法的辛勤，積聚了三世的善根，迴向給遍滿虛空的眾生，都能夠因於此善根往生西方極樂世界。以此迴向時，能對輪迴產生憂戚之心、對教法產生定解之心、對眾生產生慈悲之心，這些力量都會自然產生。所以，如果沒有思惟這些利益，修法時只想到這個法很束縛、很勞累的話，那麼不要說產生利益，令所作徒然亦殊為可惜。

有此觀念後，『心入法，法入道』（心能趨入教法之中，教法能趨入正道之中）

。如果所修趨入『正道』，那附帶會想到『暇滿難得、死亡無常、輪迴過患及業力因果』四種轉心法。為什麼呢？因為人身『暇滿難得』的思惟，能夠使人身寶不要浪費掉；以『死亡無常』的思惟，能在正法的實修上不會懶惰；以『輪迴過患』的思惟，能夠斷除惡業的造作；以『業力因果』的思惟，能清處了解取捨的要點。

有此了解後，今天已得殊勝人身寶，如果死亡降臨，不能從輪迴的泥淖脫離的話，我們所追求的佛果就無法獲得。所以首要在實修佛法，而這又當先了解如何作實修。就實修佛法言，如理實修很重要；所以，知道實修的方式比實修本身更緊要。如何如理實修佛法呢？首先應先了解『三勝行』：首先，應以方便法門來攝受善根，這就是『前行』——發『菩提心』。中間，應使善根不會被外緣所摧毀，這就是『正行』——無所緣取。最後，應使善根不斷增長，這就是『結行』——普皆迴向。

【求受戒律的動機】

在『八關齋戒』求取戒律時，不要出於『救度怖畏』及『渴求之心』來求取戒律。應當以『菩提心』來求取戒律，應當以『大乘道』的動機來求取戒律。



什麼是『救度怖畏』及『渴求之心』來求取戒律呢？首先，希望自己能遠離三惡道的痛苦、能遠離國王刑罰的責罰、或者遠離魔鬼邪祟的傷害（這種情形好像是做錯了事，希望得到赦免，把它掩蓋起來），而來求取戒律；這就是『救度怖畏』的動機。什麼是『渴求之心』的動機呢？在取得了戒律之後，心裡想著我是出家人，有了戒律，冀望得到別人的稱讚、得到高的地位、或因此得到衣食、錢財、世俗的名聲、或是渴求來世能往生人天善道；這些都是出於『渴求之心』來求取戒律。

今天我們來接受這個戒律，既不是出於『救度怖畏』的動機，也不是出於『渴求之心』的動機，那應以什麼為動機呢？我們應當具足什麼樣子的想法？就『三士道』的動機而言，不要有追求自己得到解脫的動機。譬如前面提到的『救度怖畏』的動機、『渴求之心』的動機，都當去除，心中應存想『上士』的動機。『上士』的動機是如何呢？如果自己希望得到究竟的止息；這時要想到『三界』的一切眾生，沒有作過我們的父母的眾生，並不存在，希望這一切眾生都能証得究竟安樂的佛果。這是『大乘道』的動機，或者是『上士』的『菩提心』。我們應當以這種動機來求取戒律，而不是以『救度怖畏』及『渴求之心』來求取戒律。

前面是講述『上士』的動機。其次，『中士』的動機是什麼呢？自己能夠脫離輪迴、離開三惡道，從現在開始停止造做不善業後，得到止息的菩提涅槃（止息的涅槃果位）。這是『聲聞』、『獨覺』的想法——這是『中士』的想法。

第三種是『下士』的想法——冀望遠離三惡道的痛苦，得享天人安樂的果報。這必是『下士』的發心，毫無疑問，這種想法不能離開輪迴痛苦。

今天我們來受『八關齋戒』求取戒律的時候，應當像前面講的，以『大乘』的發『菩提心』來求取戒律，同時亦基於『出離之心』。在『大乘』的實修之中，應有堅固的出離之心為基礎。於此要思惟投生在天道、人道也好，投生在三惡道也好，不管投生在何處，都沒有絲毫安樂可言。但是作為我等父母的一切眾生，現在所走入的卻是顛倒的道路，正在暈頭轉向。雖然想要避免痛苦，卻不知道如何去除痛苦的原因；希望得到快樂，卻不知道快樂的原因何在。好像瞎子走在曠野之中，不知所從，像這樣的眾生多麼可悲。心中思惟這些遍滿虛空的眾生，能遠離輪迴，得到究竟安樂的佛果，該有多好。為此之故，我們應當趨入上師、三寶的教法之中，來實修、受持十一面觀音的『八關齋戒』。之後，能安置如父母般的輪迴眾生，証得究竟安樂的佛果。要有這種『上士』的『菩提心』，或者是『大乘道』的『菩提心』。基於這個想法、這個動機，一方面念誦詞句，一方面思惟其含意。在心沒有調整、改變過來之前，不斷不斷的來念誦、來思惟，來改變我們的心。捨棄『救度怖畏』的動機、『渴求之心』的動機、得到『聲聞』、『獨覺』、天人快樂果報這些動機；以思惟利益遍滿虛空的有情眾生，為首要動機。



【觀世音菩薩的形象】

接下來是形象的介紹。觀世音菩薩是集攝一切諸佛之慈悲所示顯的形象。手持蓮花的聖者，隨順一切眾生而顯示形象。因此所化顯的形象及利益眾生的情形，即使是大菩薩也無法講說清處。因為所化顯的形象不可思議，能順著遍滿虛空的眾生，順著每一個眾生能了解的程度，示顯一個個的化身。有時候示顯佛的形象、有時候示顯聲聞、獨覺的形象、有時候示顯梵天的形象、有時候化成大自在天的形象、或是化成婆羅門的形象、或者化成善知識來講述教法.....。

觀世音菩薩曾在阿彌陀佛為主的十方一切諸佛之前立下誓願：將三界六道一切眾生的痛苦除去，在自己証得菩提之前，利益一切眾生，否則自己不進入涅槃。如果自己捨棄眾生証悟涅槃的話，頭要裂開，碎成十片，身體要碎成千片。在佛前立下這樣的誓言，之後就在六道之中，廣大利益無量無邊的眾生。經過很長久的時間之後，觀世音菩薩心裡想著：輪迴應當已經化成空了，再也沒有輪迴的眾生存在了吧。於是祂在布達拉（普陀）山山頂之上，一共觀了三次輪迴，發現輪迴的眾生仍然跟以前一樣，這時祂心裡想自己還是進入止息涅槃比較好。因為以前在十方諸佛之前曾立下願望之故，所以瞬間祂的頭碎成了十片，身體碎成千片。

此時阿彌陀佛現身，親手整理碎片，將頭的碎片化成十個頭。化成千瓣蓮花一般的千個身體碎片，經阿彌陀佛加持後，變成千手千眼。其中，千手表一千轉輪聖王，千眼表賢劫千佛。（千手可化成千尊轉輪聖王，千眼化成賢劫千佛。）以此更加廣大利益無量無邊的眾生，產生的功德無量無邊，這些功德不能言說，也講說不完。阿彌陀佛則安置在十個頭之上，變成十一面千手千眼。（觀世音菩薩的功德講述不完，今天講的是形象、外形這個部份。）

觀世音菩薩的形象，身體白裡透紅，十一面。根本的手有十隻，是『法身』的手。分支的手有三十八隻，是『報身』的手。再分支的手一千零二隻，是『化身』的手。身上各種天衣跟珍珠、瓔珞為嚴飾，鹿皮繫在左肩之上，下裳著裙子，站在蓮花之上。就臉部而言，最下面根本的臉有三個，表『法身』的臉，是『止息』的形象、白色。上面三個臉，黃色，『報身』的臉，表『增廣』。其上兩個臉是『懷柔』的臉，紅色。再上，兩個臉，『化身』的臉，藍色，表『威猛、忿怒』，有三個眼睛。

在十個臉之上有一個紅色的臉，具有頂髻，這是怙主阿彌陀佛。前面提到『法身』的手有十隻，此十隻最根本的手，首二手合掌當胸。次二手，右持念珠，左持白蓮花。次二手，右持法輪，左持淨水瓶（小的這個淨水瓶）。次二手，右作勝施印，左持珍寶。次二手，右持佛像（化身佛），左持弓箭。

其次是『報身』的三十八隻手。此三十八手都拿化身佛像，右邊手中復有持物譬如珍寶、繩索、



刀、劍.....；左邊的手也都拿化身佛像，手中持物譬如黃色蓮花、刀、劍或者傘.....等等。

再者，再分支『化身』的手一千零二隻，都作『勝施印』，代表會化成一千零二位轉輪聖王，來廣大利益眾生。每一隻手中間都有一個眼睛，代表會化成賢劫的一千零二尊佛，每一尊佛都是勝化身，將示現十二相成道來廣大利益眾生。

前面提到觀世音菩薩身白色，表不沾染一切染垢——煩惱的染垢、障礙的染垢。其次，身紅色表擔念之心，時刻思惟利益眾生，經常不捨眾生。兩足站立，代表立刻、迅速利益眾生。十一面代表超越了十一地。十一地叫『普光地』，已超越十一地來利益眾生。其次，根本的手（『法身』的手）有十隻，表登入十地之後立刻就要趨入佛地。三十八隻手（『報身』的手），代表能滿足一切眾生的願望。最後『化身』的手一千零二隻，代表能思惟、了知遍滿虛空的一切眾生。

此外，珍珠、瓔珞.....等嚴飾，代表不捨不貪（既不捨棄，也沒有貪念之心）。左肩所披鹿皮，代表悲心甚為柔和、甚為調伏。其次，所穿的裙子，表教法甚為希有。這是形象的介紹。（註：菩薩形象亦有作八主要臂，餘九百九十二手咸作勝施印者）

【備註】本次『八關齋戒』之觀音本尊，係十一面千手之形象。其十一面分別為：最下層：中間白色、右面綠色、左面紅色。其上層：中間綠色、右面紅色、左面白色。再上層：中間紅色、右面白色、左面綠色。上述皆為『寂靜相』。再上層為一忿怒面，具三眼、獠牙，其色黑。此面之上為一『寂靜面』，具有『頂髻』，其色紅，是為怙主阿彌陀佛。

千手之中有『八主要臂』，其首對合掌當胸，其次三隻右臂分別是：持唵珠、作『勝施印』、持法輪。三隻左臂分別是：持蓮花、持淨瓶、持弓箭。其餘九百九十二手都作『勝施印』。

【教法、傳承的來源】

此觀世音菩薩的教法從何而來呢？觀世音菩薩的實修法門，在『經教』之中存在，在『密咒』之中也存在；在『教言傳承』之中存在，在『伏藏傳承』中也存在，各種類型非常之多。今天所講的是屬於『四部密續』之中的教法。『四部密續』是『事續』、『行續』、『瑜珈續』、『無上瑜珈續』。今天這個教法是屬於『事續』的教法。『事續』有出世間三部，此教法屬於『蓮花部』

這個傳承從何而來呢？這是十一面觀音親自所預言所授記的——烏金國國王因陀羅菩提的女兒，至尊度母和金剛亥母的化身，名字叫吉祥比丘尼，由她所傳承下來的教法。之後傳給弟子達哇旋努，再傳弟子耶謝桑波，之後傳到尼泊爾的許多成就者，歷代相傳的有達哇堅贊.....不斷的傳承下來。弟子非常的多，一直到現在，中間都沒有中斷過，像珍珠般的項鍊一樣持續不斷。



【“受戒文”的涵意】

今此『八關齋戒』就戒律言，在『小乘』的戒律中也存在，稱為『具誓的戒律』。但以『大乘』發『菩提心』來求取戒律呢，就算是『菩薩戒』中的『攝律儀戒』。在這個戒律中，同時要以『生起次第』來觀修觀世音菩薩，因此就成為『密咒乘』的戒律。這時候應當思惟：以前諸佛菩薩如何實修，如何守護戒律，我們也不違背、不逾越這個戒律，來作實修。

受戒律時要念誦“受戒文”（右膝著地，跪著念誦）：『常住十方一切佛菩薩：祈怙念！猶如過去之如來、阿羅漢、正等正覺，如神駒、大象，所作已作、方作、當作，放下包袱，即証自本性，斷盡諸有結。具清淨語、善解脫心、善解脫慧。彼等為一切有情之利故，為饒益故，為渡脫故、為除憂病故，為免饑饉故，為圓滿一切趨菩提之法故，為証無上正等正覺故，決定領受齋戒。如是，我名.....當下受持，乃至明晨旭日未生之際，決定受此齋戒。』念誦三次，來求取戒律。（註：法本 22 至 23 頁）（受戒文解釋如下）

『常住十方一切佛菩薩：祈怙念！

猶如過去之如來、阿羅漢、正等正覺』

佛的名號叫『善逝』，是指善趨入一切諸法實相，故稱『善逝』。其次『如來、阿羅漢、正等正覺』——『如來』的意思，是能趨入一切諸法實相；『阿羅漢』的意思是『出有壞』，就是能夠破除『四魔』；清淨與成就就是無上『正等正覺』，『無上正等正覺』是指心中的覺悟寬廣無邊。

『如神駒、大象』

其次，『如神駒』（亦譯天馬）：天馬是指『轉輪聖王』的坐騎。當『轉輪聖王』在爭戰時，天馬能捨棄自己的性命來保護『轉輪聖王』戰勝而不受傷害。一切如來也是，守護一切眾生、安置眾生，証得佛果，猶如天馬守護『轉輪聖王』一樣。其次，『如大象』：大象能揹負一切重擔，具足最大的力量。這裡指能揹負遍滿虛空的眾生，廣大的來利益眾生，所以像大象一樣。

『所作已作、方作、當作，放下包袱，即証自本性，斷盡諸有結』

其次，『所作已作、方作、當作』；『已作』的意思，是利益自己之事都已作完了。『方作、當作』，正在作、正要作的是指廣大的利益眾生之事。『放下包袱』是指輪迴中的業力、煩惱都已經去除了，所以再沒有重擔。『即証自本性』是指証得涅槃。其次，『斷盡諸有結』是指墮入輪迴繫縛的業力、煩惱都已斷除了。



『具清淨語、善解脫心、善解脫慧』

其次，『具清淨語』就是純正的語言。是指講話在初、中、後三個階段，純粹都是開示教法。然後，『善解脫心』（舊譯：意業盡解脫）指『三界』六道輪迴的束縛能斷除掉。再者，『善解脫慧』（舊譯：解脫知見）代表具足五種智慧的知見。

『彼等為一切有情之利故，為饒益故，為渡脫故、為除憂病故，為免饑饉故，為圓滿一切趨菩提之法故，為証無上正等正覺故』

其次，『彼等為一切有情之利故』，是指為利益眾生之故，捨棄自己利益的念頭。『為饒益故』是指使眾生得到『善趣』。『為渡脫故』是指使眾生具足決定的善、確定的善。其次，『為除憂病故』是指去除眾生的瞋恨之心。『為免饑饉故』是指去除眾生的小氣之心。然後呢，使眾生能具足菩提分的一切諸法都圓滿具足，因此之故，其結果就能証得『無上正等正覺』的果位。

『決定領受齋戒』

『齋戒』中文以前翻作『布薩』（布薩的儀軌），西藏話叫做“梭炯”。蓮花生大士、釋迦牟尼佛都說過一樣的話，“梭”是恢復的意思，“炯”是清淨的意思，“梭炯”是恢復而清淨的意思。

『決定領受齋戒』是指使一切善根都能夠恢復，使罪障、惡業都能夠逐漸的清淨、去除。

前面所說『布薩』（『八關齋戒』）這個儀軌，心裡面想著“恢復善”跟“清淨罪”這樣的內容——『復』跟『淨』這兩個意思。這樣思惟其意思之後呢，我們來取得『八關齋戒』的戒律。念這個受戒文（頌文）時，以前諸佛菩薩如何來求取『八關齋戒』，我們也如何來求取；他們如何來守護，我們也如何來守護。這時候要想著前面所講的這些內容，也就是好像神駒一樣、好像大象一樣、已經作了、正要作的、放下包袱、証自本性、離開一切業力輪迴、使眾生沒有疾病、沒有饑荒……等等這些內容。為了這個目標，而不是為了自己，來求受這個戒律。從現在開始到明天太陽出來之前，我誓防護八戒（八個戒律），使它不要衰損，以這樣的想法來念誦受戒文（受戒文就是前面所講的）。念完之後，就念『我名字叫做（某某某），當下受持，乃至明晨旭日未昇之際，決定受此齋戒』這裡，念誦三次。

【『八關齋戒』戒條的解釋】

接下來是『八關齋戒』八戒的解釋。八戒是屬於『時間戒』，它不是恆常的，因為只有一天，所以叫做『時間戒』。戒律有很多種，這是屬於時間的戒律，稱為『時戒』。就八戒而言，有『根本



戒』四條、『不放逸戒』一條及『禁戒的戒律』三條，分成這三種類型。第一類是『根本戒律』——因為這是平常都要守護的，是四條。

首先，四個根本的戒律——因為這是一切戒律的根本，所以叫做『根本戒律』。四個『根本戒律』的第一條是『不殺生』，戒除殺生。這裡並不是指說殺人才算殺生，甚至連一隻小蟲子（身上的這個蟲子）一個小小的生命呢，也不應殺死。如果是殺死這個小小的生命呢，也算是這個戒律的衰損，這是第一條。

其次，『斷除偷盜』。這是指對別人的物品，沒有經過他的允許而取得。這是指不管大大小小的物品，甚至一針一線也不能沒有對方的允許而取得，這是第二條。

第三條，『不非梵行』（不淫）。這不單單指男女出於邪淫心而有交好的行為；在『八關齋戒』時，連貪戀之心也不應當存在。

第四條，『不說妄語』。是指不僅不能講述：譬如說，沒有『地、道的功德』，說擁有『地、道的功德』。甚至連開玩笑的時候，也不應講，這屬上品妄語。

第二類型是『不放逸的分支』。這裡是指『飲酒』，因為會造成我們的心分散、放逸之故呢，所以酒是應當要斷除的。因為酒醉之後不能夠了解取捨，導致戒律的衰損，而會造作十惡業。在『八關齋戒』所斷除的飲酒，不單單指由米麥所釀成的酒，酒粉也是不可以的。（酒粉——梵音作迷隸耶。浸入水中即可當酒飲用的細粉末）。此外，蔥、蒜等等這一些食物，也是不可以吃的。

第三類型是『禁戒的戒律』。所謂『禁戒』是指“禁止”和“應當要作”的部份這兩項。『禁戒』這兩個字，“禁”是“禁止”的部份，“戒”是“具有戒律”，應當要做到的部份。先當了解在取得了戒律之後呢，我們的身體就是『戒所依』（戒律所依附之處），就跟以前沒有得到戒律的時候不一樣。所以，首先要斷除居士的行為。之後呢，要按照這個戒律來做。一如十方佛子他們守護戒律時所做的行為，我們就應當去做，所以叫『禁戒行』。

什麼樣的『禁戒行』呢？首先，身的三種裝飾應先去除。譬如說：一者，身上塗抹香水。二者，身上著花環、項鍊……等等。三者，身體擦的各種裝飾，如胭脂等等，這些都是應當要去除掉的。

其次，“舞蹈”所屬的三個分支，是指：一、以貪念之心，手足舞動（晃動）。二、說各種話，講述各種言語。三、彈琴、琵琶……等各種樂器及唱歌。這是身體的三個分支應去除。

再其次，『非時食』。『非時』——不是這個時間，指中午。過了中午之後呢，即使是饑餓，也不能



為了饑餓的緣故，吃食水果等.....都不能享用。

此外，高過一個手肘的座位，也不能坐。還有，我們凡夫之故，不能用綾羅綢緞的衣服、或是虎皮、豹皮的座墊。

這是『八關齋戒』『禁戒』的三個分支（“禁止”跟“戒律”的三個分支）。就是前面講的不坐臥高廣大床、不坐在高的位子上、老虎豹皮的墊子不能使用，是第一個分支。第二個，前面所講的不著珍珠、花香塗鬢.....等各種裝飾。第三個，是指言語、身體的跳舞、唱歌.....合在一起算是一個分支。一共是三個分支，『禁戒』的三個分支都包括在裡面。這些內容受戒時會念：『不殺生、不偷盜、不行非梵行.....』等等，一直念到『.....苦擾此世間，願渡三有海』（法本 23 至 24 頁）都是『八關齋戒』的戒律。這要念三次。

接著念誦咒語。（參閱法本 24 頁）

這個咒語是《不空羂索神變真言經真言品》裡所出來的精華。這個咒語是使我們的戒律能夠圓滿。念誦此咒的利益是十方一切諸佛菩薩的戒律在我們心中能夠誕生，使我們守護戒律能夠守到最後，徹底究竟。以前的戒律衰損能夠恢復，未來戒律也不會衰損，有無量無邊的利益。這個清淨戒律的陀羅尼要念七遍。

接下來是祈願文：『戒之律儀無過失，戒律完全淨持守，無憍舉心持戒故，願圓持戒波羅蜜』。這是慈氏彌勒的話，因為祂以前立下願望：日三次，夜三次，念誦這個祈願文，因此累積了多生多劫的福報。所以我們也念誦這個祈願文。

以上是就戒律作一個簡介，並不是詳盡的講述。

【守護戒律的功德利益】

我們能夠受持一次的『八關齋戒』，以修此法的善緣，不會墮入到三惡道之中，這是觀世音菩薩所立下的誓言。

『八關齋戒』兩天算做“一分”，如果能夠受持“八分”的話（就是八次，每次都是兩天），死亡之後，一定往生西方極樂世界。如果受持一次（一天一夜），絕對不會墮入到三惡道之中，這是觀世音菩薩親自所立下的誓言。如果受持“八分”之後，沒有往生西方，觀世音菩薩說那祂不會成就佛果；但是，如果有『懷疑之心』除外。所謂『懷疑之心』就是說修完法之後，還懷疑能不能往生西方極樂世界。如果有此疑心，於所修懷疑，那當然非常困難。



在一部經典裡，舍利子問佛：『如果有一個眾生一生作布施，另一人受持『八關齋戒』，誰的功德比較廣大呢？』釋迦牟尼佛說：『一個人行「八正道」的話，不能夠跟受「八關齋戒」的福德相比。不僅如此，即使南瞻部洲所有眾生於活命時以金剛鑽石、珍珠、珊瑚廣大的來作布施，也不能跟一個眾生受持「八關齋戒」的福報相提並論。』

佛說把恆河等五大河流，用一個個小瓶裝填，到底要用多少個瓶子才能裝滿，可以算得出來。但是受『八關齋戒』的福德，怎麼樣也衡量不完，算不清處。

不僅如此，我們現在得到這個身體，輪迴之中我們曾得到身體非常多次，但為了愛護自己身體之故，造作了殺、盜、淫、妄、酒各種惡業。這些惡業於此修法之際，都能使之清淨，將來不再墮入惡道之中，沒有疾病跟魔鬼邪祟的傷害，身體能夠健康，具有相貌威儀，具足三十二相、八十種好。

前面是談到身所造作殺、盜、淫、妄的罪業，此時能清淨。其次，在閉關之中『禁語』，所以，以前所造作的『妄言、綺語、兩舌、惡口』等語言的惡業能夠清淨。將來不會墮入到畜生道之中，將來呢，語言能具足強大的力量，以語言的力量圓滿具足，將來能具足六十種妙梵音。

『八關齋戒』之中，心作觀修，其果報是將來能清淨貪念、瞋恨跟邪見的罪障，不墮入地獄道中。以後心力非常堅固，特別是對教法意義能夠了解，之後具足五種智慧。

在『八關齋戒』期間，如果產生疾病的話，能關閉投生地獄之門，投生地獄道的業力能夠消失。齋戒期間，口渴、饑餓覺得非常辛苦，這能關閉墮入餓鬼道之門。此外，於此期間斷除昏沉來作實修，能關閉投生畜生道愚痴的業力。這就是為什麼『八關齋戒』的實修，能夠不墮入三惡道的原因。

不要說是參與『八關齋戒』的實修。以前有一個老太太叫瑪竹卻姬，她是在『八關齋戒』時作持戒實修者的僕人，以她為大眾作一切服務之故，她死後骨頭裡甚至長出很多舍利子；至於參加『八關齋戒』的實修者就更不用說了。

另一個關於『八關齋戒』的故事：以前有個女子，她的丈夫到印度去做生意三年都沒回來。女子於是改嫁，這時（婚禮期間）原來的房子沒有顧好，遭了小偷，金錢財物全都被竊取一空。她有個小孩七歲，女子心想，孩子知道我許多不守婦道，導致家庭衰敗之事，將來恐會把事情傳開，於是殺了小孩。此事同時也為一出家僧人知悉，女子擔心事情傳開，於是殺了僧人滅口。僧人死後不久，以前的商人丈夫回來。女僕把事情經過告訴他，商人丈夫雖知悉了，仍佯裝不知。女子知道原來的丈夫回來，非常不安，心想必定會殺了她。於是打算先下手害他，拿了攬毒的酒想毒死他。但是他



的丈夫非常聰明，使她沒有機會得逞。之後，次日來了一群人，包括長官跟平民八個人、兩個女僕、兩個鄰人及男主人，在不知道酒裡攪毒的情況下，於是喝酒聊天，就全都中毒而亡了。

此後此女子漸趨年邁，其時遇到了大菩薩達哇堅贊（『八關齋戒』傳承的祖師之一）。她向達哇堅贊懺悔年輕時的種種作略，大菩薩達哇堅贊就跟她口傳此教法，並囑其一定要作滿八次。女子作了『八關齋戒』之後呢，第一次，因為口非常渴，就喝了酒。第二次，因為不耐饑餓，就將佛堂的供品拿來吃了。總之就是沒有純淨的做好『八關齋戒』閉關。

女子年老死去之後，大菩薩達哇堅贊去到了前藏各地弘法，在某次講述發『菩提心』教法時，示現了很多証得成就的徵兆。這時有一比丘問達哇堅贊：『之前那個殺了十五個人的老太太，後來投生到何處呢？』達哇堅贊這時笑了笑，就說了：『「八關齋戒」的利益是無量無邊的，現在求受此戒的人卻極少有。這個老太太現在投生在東印度，一個富裕的婆羅門的家裡，投生為此人之子。她以「八關齋戒」的善根，所以能夠又得人身。但在受持兩次「八關齋戒」之中，都沒有純淨的閉關。第一次，喝了酒，所以此世雖生為婆羅門子，但不聰明，頭腦糊裡糊塗，這是喝酒過失之故。其次，她在「八關齋戒」中吃了食物，所以此世形貌醜陋，外表並不莊嚴。不過，這個人在此生如果依止觀世音菩薩作為本尊來實修的話，下輩子一定往生在西方極樂世界。』所以，這個女子雖曾殺了十五個人，罪大惡極，但她這一生如按照觀世音菩薩的法門來從事實修，將來還可往生在西方極樂世界。可見『八關齋戒』利益的宏大。

舍利子曾經問佛：『為什麼大多數居士都投生在『三十三天』的天界之中，而大多數比丘都投生到惡道之中？為什麼是這樣一個情形？』釋迦牟尼佛答言：『因為居士很多都受持清淨的「八關齋戒」，依此善根，投生天道中。而許多比丘戒律衰損，以戒律衰損故，投生惡道中』

巴珠仁波切曾說：『過去教法興旺時（佛住世時）持守好的戒律，與現在五濁惡世裡持守一次「八關齋戒」相比；現在持守「八關齋戒」的福報，更加廣大無邊。』所以，除非我們不想得到人身，那就不必再討論了；如果將來想得人身，那一定要持守清淨的『八關齋戒』。原因何在？因為得人身的基礎是持戒，緣份是迴向發願。就一個在家居士言，八戒以外，沒有更好的方式。特別是『八關齋戒』的戒律容易守護，而利益卻廣大無邊。能使我們得到人身寶，又不浪擲它，以得到廣大利益。將來七世或十六世後，就能証得佛果，這些經裡都有載明。

如果對此教法存有沒什麼利益、覺得這些辛苦沒什麼價值的想法，修法時，就似乎沒什麼『覺受』產生。實則不然，就此教法的『覺受』言，完全依於自己動機的好壞，決定修法能否純淨。好得動機，所趨入的就是正道；不好的動機，所趨入的就是顛倒的道路。因此沒有好的動機來修法時，也不會有好的覺受出現，所以應以清淨之心守護戒律。經典對受持『八關齋戒』的定義是：『具足「定解」（就是非常相信的心）來接受此戒律，同時，防護戒律而不衰損。能如此的話，得此人身寶，就算是具足了廣大的利益。』想一想！對能遇到此法，應當覺得是一個殊勝的善緣，而生歡喜之心。



尤其是『八關齋戒』的戒律並不是難於防護，是非常容易進行的。因此，更當珍惜『八關齋戒』的教法。其次，跟前面『皈依』一樣重要的是最後的『迴向』。譬如說作煙供時，最後都要迴向，煙供時是供養『四賓客』。也就是『三寶貴賓客』、『護法功德客』、『六道慈悲客』和『冤親債主客』。總之，迴向給四種客人，讓他們能夠享用。如果說不迴向的話，他們就吃不到。因為他們並不是真真實實的把東西拿去吃了，而是像有些眾生是享用煙供的煙。但這也是要迴向給他，他才能受用的到。通常修法時大家一起念誦、一起觀想、一起作迴向，他們就真實能夠得到這個食物。所以，如果我們沒有這樣一個想法、沒有作迴向的話，實際上，他們就無法得到這個食物，這就是迴向的重要性。所以呢，修這個法的時候也一樣，要將今天修法的善根，迴向給眾生都能夠証得菩提。(今天的講解就到此)。

此講演錄寫之文本，已由策旺喇嘛指導潤色，校訂完成

台北智慧金剛佛學中心

電話：(02) 2255-8814 傳真：(02) 2256-5215

新北市板橋區民生路 3 段 263 巷 5 號 4 樓

網站 <http://www.vvct.org>

