

千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經 悟道
法師主講 (第二十三集) 2011/4/14 台灣華藏淨
宗學會 檔名：WD15-003-0023

請大家合掌，我們來念開經偈：「南無本師釋迦牟尼佛（三稱）。無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇，我今見聞得受持，願解如來真實義」，請放掌。《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》，諸位同修及網路前的同學大家晚上好，阿彌陀佛！請大家翻開經本第二十八頁，我們還是從經文第二行看起，我將這段經文念一遍：

【觀世音言。若善男子善女人誦持此神咒者。發廣大菩提心。誓度一切眾生。身持齋戒。於諸眾生起平等心。常誦此咒。莫令斷絕。】

到這裡是一段，這段經文我們昨天學習到『身持齋戒』。「齋戒」從狹義來講指八關齋戒，八關齋戒我們昨天跟大家簡單報告前面四條戒，前面的不殺生、不偷盜、不淫欲、不妄語，這四條屬於性戒。在家五戒第三條平常只制不邪淫，因為在家有家庭，有妻子、兒女，所以只有制訂不邪淫。不邪淫就是夫妻以外不正常的男女關係要斷絕，這個不能去違犯，如果違犯就犯戒。受持八關齋戒，這條不邪淫要改為不淫欲，就是連夫妻間正當的淫欲，受持八關齋戒這一天也不可以，也要禁止。前面四條跟五戒前面四條一樣，只有第三條，平常五戒只有講不邪淫，受持八關齋戒這一天，這一條改為不淫欲，就是這個差別。

這四條戒稱為性戒，性戒就是它性質本身就有罪過，所以不受戒的人犯了一樣有罪過，因為這個裡面它有因果報應。譬如說不殺生，你就得長壽，身體健康的果報；不偷盜就得到財富，你的財富

不會被人家盜取，不會被人家惡性倒閉，你的財富有保障；不邪淫，你的家庭會幸福美滿；不妄語，就是你在社會上有信用。一個人在社會上有信用，人家信任你，縱然你一分錢都沒有，你要做什麼事情，大家會支持你，你也什麼事情都能做得成功，因為大家信任你，這個是要做到不妄語。所以這四條性罪，不受戒的人犯了一樣有罪，不是說沒有受戒的人，他犯了這四條，他就沒罪，受了戒的人才會有罪，不是這樣的。你有受戒、沒受戒，只要犯了都一樣有罪，這是基本的罪過，所以這個叫性罪。

受了戒的人犯了，除了性罪，本來就有性罪以外，還要加上一重破戒罪、犯戒罪，加上這一層。犯戒、破戒這當中以小乘法來處斷，有可悔，有不可悔。可悔就是可以懺悔，雖然犯了戒，還沒有喪失掉它的戒體。我們一定要知道，最重要是戒體，你受了戒就有戒體。戒體它的功德很殊勝，非常殊勝，它幫助我們得定，幫助我們不墮三惡道，幫助我們生人天善道；我們念佛人迴向發願求生西方極樂世界，可以幫助我們臨終往生西方極樂世界。因此淨業三福，第二福就講到「受持三皈，具足眾戒，不犯威儀」，這是淨業正因，這點我們也必須要明白。一般犯了可悔罪，可悔罪就是可以依作法懺來懺悔，你透過儀式懺除發露，懺悔了，這個罪業就可以消除，你的罪業不會增長，就是懺除掉了，以後不要再犯，這個可以懺悔。如果再犯還要懺悔。所以這個懺悔法門，我們從凡夫到成佛都要修的。你看普賢菩薩十大願王，第四願就是「懺悔業障」，每個階段、每個層次都要懺悔。所以懺悔法門實際上講，從我們凡夫修行一直到成佛都是在修懺悔法門。

懺悔具體的講就是改過，知道過失，知道錯誤，把它改過來，以後不要再犯，這個是真懺悔。如果犯了，一定還要懺悔，要不斷懺悔、不斷改過。這條性罪，如果受了戒，加上破戒罪。破戒跟犯

戒，它定義上也有一點不同，破戒是說這個戒體已經遭到破壞，失去戒體了，不可以懺悔，這一輩子就不能再受戒。如果犯了戒還沒有達到破戒，這個可以懺悔，懺悔清淨，這個戒體沒有喪失掉，還是存在的。受持齋戒好處很多，因為我們怕耽誤後面講經的進度，所以在這裡就不能太詳細跟大家說明。如果大家有興趣要多了解一下齋戒，我們可以這部經講圓滿了，我們可以就這個專題，這部經五戒、八關齋戒，這個《戒經》我們來學習，這樣會比較詳細。這裡只能比較簡單的跟大家介紹一下。

八關齋戒後面四條屬於遮戒，「不飲酒。酒能亂性，飲生諸過」。你受了五戒，你去喝了酒，喝酒沒有不可悔的，喝了酒可以懺悔。後面遮戒四條都可以懺悔，因為它這四條本身不是罪過，它本身沒有罪，它純粹只是一個遮戒，遮就是預防的。預防什麼？預防你去犯前面那四條性罪，預防這個。譬如說不飲酒，酒本身它沒有罪過，一般酒也是植物去釀的，但是酒吃了人會醉，有很多人因為喝了酒出了事情。譬如說現在全世界的交通規則，都嚴禁喝酒開車，你喝了酒開車，警察常常拿一支槍在那邊測，測到你酒精濃度超過標準，他就罰款了，而這個罰款不是輕罰，是重罰。你不能跟他講，我喝酒也不是做壞事，怎麼要給我處罰？喝酒本身不是什麼罪過，但是你醉了，你自己神智控制不了，你就出事情，你出了車禍，去撞死人了，出了人命，是因為這樣給你處罰的。所以遮戒的意思也就是在這個地方。所以你受了這條戒，不飲酒，你就不可以喝酒了。

其實這八條戒都有開遮持犯，開就是開緣，開就是開放的開，這八條戒包括性戒它都有開遮持犯，就是在什麼樣的情況需要開。大家可能都聽說過開殺戒，他那個開戒不叫犯戒，他不叫犯戒，那個叫開戒，他在那種情況之下，他必須要開，他不開也叫犯戒。遮

就是預防，持就是你一定要保持，犯就是你違犯了，犯了戒。這四條性戒，包括遮罪，處斷輕重，開遮持犯，用律，法律來處斷輕重。你犯了，到底犯的輕還是重，可悔、不可悔，來做一個處斷，處斷輕重。這是屬於開戒，是開緣，這個遮戒，你需要預防，有沒有去預防？持就是你要保持，你要堅持，你不持那就犯戒，戒經就是講這些。

大乘的開遮持犯，小乘的開遮持犯，它解釋的定義又有不同。小乘戒比較重事相，偏重事相；大乘戒偏重心、心地，我們必須有這些認識。不飲酒，飲酒它的開緣也很廣，飲酒在《五戒相經》講，你做料酒，你吃了不會醉的，就是你做菜的時候，倒一點米酒這一類的，但是它的酒精濃度你吃了不會醉，這個不犯，這個可以加，這個不犯。如果喝了人會醉，那個就不可以。不過這個遮戒它都可以懺悔的，都可以接受發露懺悔來改過。另外是用藥，當藥用的藥酒，藥用的，這個包括出家人也都可以用。出家人必須白眾，白眾就是要跟住眾大家講，我這個酒是做什麼用途的，當藥用的，不是自己拿來喝著玩的。如果你自己拿來喝著玩的，沒有跟大家講，大家以為你在喝酒，那你就犯戒了，所以要跟大家講。所以不飲酒這條戒開緣很廣。

另外小乘戒因為它只有講到止持，止就是禁止的部分；大乘戒比較多講作持。像菩薩戒講利益眾生為前提的，小乘戒就是約束自己的，所以就比較嚴格。對利益眾生方面來講，過去淨公老和尚也曾經講一個例子。有一年他到北京去訪問，住在一家酒店，剛好遇到一個外國的同修他的兒子結婚，一個華僑他兒子結婚，新娘是日本的小姐。那天剛好在電梯上碰到了，這個同修很高興，臨時把老和尚請去當證婚人。老和尚就抓住這個機會去宣傳佛法，因為他邀請的賓客都是在大陸上的高官顯貴，達官貴人。他當證婚人一定要

請他去致詞，老和尚就抓住這個機會，這個機會難得，這些人平常都沒有機會跟他講佛法，這個時候有這個因緣，剛好可以藉這個機會跟他們宣傳佛法。在酒席當中因為臨時把老和尚請過去，肯定沒有素菜；中國人就喜歡敬酒，老和尚也喝酒，也敬了酒。敬酒，老和尚也喝了，然後跟大家講講開示。像這個不是當藥用的，也不是煮菜的，小乘戒沒有講到這方面，小乘戒只有講到約束自己這一方面，沒有講到利益眾生，就是饒益有情戒這一方面的。像大乘菩薩戒就有講到，大乘菩薩戒遇到有利益眾生的機會，你不能不去做，你不去做也叫犯戒。你違背菩薩戒的心願，菩薩戒是要普度眾生，現在有機會給你度，你不度，那你就犯戒。為了要度眾生，他去喝這杯酒，這個叫開緣，他不叫犯戒，而且他還有功德，利益眾生。所以這些我們都一定要明白。

第六條，「不著香花鬘，不香塗身，為除貪著，不嚴身首。」有一些人，特別是女眾，看到佛教這一條就不敢來學佛了，學佛都要穿得破破爛爛的，又不能打扮，又不能塗香水，就不敢來學了。其實這一條戒，我們要知道它的功德利益，我們就會樂意來持這個戒。不著香花，著就是塗在身上的，你不能用香水，你也不能擦胭脂、不能擦香粉，還有花鬘，鬘就是花把它串起來，像個花圈。印度人常常喜歡串個花圈戴在頭上，這是裝飾我們身體的。不著香花鬘，不香塗身，你的身體不能塗香油，特別是西洋人他們用香水用得很多，西洋人說他們噴香水是一種禮貌，因為身體如果有狐臭味，噴噴香水比較好。但是你持八關齋戒這一天，香水不能噴，包括什麼？我們牙膏你也不能用香的，包括洗澡不能用香皂。可以用以前我小時候看我母親在洗衣服的南僑肥皂，那個都沒香味，那個可以洗。現在也有人做藥草的，沒有香味的，比較天然的，不要有化學香味的，那就可以洗，應該可以找得到。這些香花鬘，不香塗身

，這些都不可以用，不能用。這是只有一天的時間，如果忍耐個一天我看應該還可以，如果太長久恐怕有人他就不適應，不過一天的時間應該是可以做得到。

第七條，「不歌舞倡伎，不往觀聽，自作觀聽，妨亂道心。倡伎者，琴瑟簫管等。」這一條涵蓋的範圍也很廣，歌，唱歌，像我們現在唱流行歌，唱流行歌他有罪過嗎？沒有罪過。但是流行歌，世間的歌曲，它會擾亂我們的清淨心，這世間的歌曲會污染我們的清淨心，我們清淨心會受到污染，這個歌曲很多。在古代音樂它是有學問的，音樂有學問的，音樂在《禮記》裡面有一篇叫「樂記」。所以以前黃帝，不是做皇帝那個皇帝，是黃色那個黃，黃帝，我們祖先黃帝，他調音樂，調那個弦，做的音樂如果太過悲哀的，要調到中和；太過歡喜的，要調到中和；太過於激憤的，也要調到中和。所以樂它有學問在。古聖先賢以禮樂治天下，樂就是平衡我們心情的，我們的情緒用樂來調和，你的喜怒哀樂給它調到中和。因為我們凡夫，凡人都有情緒的，都有喜怒哀樂愛惡欲，七情五欲，七情五欲會發作，發作你不要太過分，要節制。所以要中和，你心情、情緒才能保持在平衡、中和的狀態。

所以太過悲哀也不行，太過歡喜也不行，太過激烈也不行，太過低沉也不行，無精打采，提不起精神，那個也不行。所以樂要調和，這個是一大學問。真正高級的樂，你愈聽心就愈清淨，在我們佛門裡面講叫梵唄。梵唄它是讓我們聽了，梵就是清淨，唱念一唱讓你的心靜下來，讓你的煩惱不會生起來，這是梵唄的一個功能，唱念有這樣的功能。這個在佛門也失傳了，在世間法也失傳了，特別我們現代的中國人他不學了，都去跟外國人學，不跟老祖宗學，在大陸、在台灣都一樣。所以現在你找不到真正的中國人，現在講中國都是外國的中國，不是真正的中國，這一點我們要認識清楚。

真正的中國就是傳統，我們祖宗傳下來的。現在人思想都是外國思想，沒有我們中國祖宗傳統的思想，一定要認識清楚。

這些流行歌為什麼不聽？因為你聽了，你可以試看看，剛開始聽，娛樂很好聽，聽了增長你的煩惱，特別是一些愛情歌曲。以前我年輕的時候也不懂，喜歡聽，聽得迷惑顛倒的。特別在當兵的時候也無聊，在外島無聊，部隊人家都放，放白嘉莉唱的那些歌。以前幾十年前白嘉莉很有名，現在年輕人可能不認識白嘉莉了，老歌星；鄧麗君，那都是勞軍，大家聽得迷惑顛倒的，聽到迷惑顛倒。我們自己不能故意去聽歌，去買票，去聽歌；或者現在電腦、電視、收音機很方便，自己故意開來聽，你受持齋戒這一天，你統統不可以聽，都不能聽。你這一天才能保持心地的清淨不受污染，不要聽。太激烈的歌也不要聽，所有的歌都不要聽。不要聽，要聽什麼？聽佛號，聽阿彌陀佛，或者是佛門的唱念。你唱讚，讚佛偈，唱讚、念佛，有佛力給你加持。所以你常常念、常常念，你念了也不會累，每一次念有每一次的法喜，因為有佛力的加持。你去念流行歌看看，你看看那些流行歌哪一條能像我們這樣唱讚唱七百天？你來試看看，唱七天聽到就變噪音了。

以前我在家的時候，當兵剛退伍，我小學的一些同學，每兩個月要聚餐一次，聚會就是吃喝玩樂，其實就在造業。有一個同學他開地下舞廳，大家吃、喝，都吃飽喝足了，還不行，還要到他的舞廳去給他捧場，去那邊跳舞、去唱歌。我坐在那邊，我說我是學佛的，跟你們不一樣，你們愛跳你們去跳，我聽到半夜那個唱歌就變噪音，很噪。我聽說他們那種地下舞廳常常在打架，那你就知道聽那些歌，不但沒有好處，有壞處，因為它影響你的情緒，影響你衝動。一樣在唱歌的，如果隔壁的人看不順眼，兩個人一言不和就打起來了。為什麼打起來？因為它那個歌曲是挑動你的衝動情緒，它

能引發你衝動情緒的，唯恐你不起暴力的。所以色情暴力跟這個不正當的歌曲有很大的關係，不正當的歌曲、歌詞，包括文藝小說這一類的，都有密切關係。如果那些人都唱阿彌陀佛，我看應該就會比較好了，起碼有煩惱，應該不至於動刀動槍的要打架，應該不至於。

所以古人到一個地方，看這個地方的治安怎麼樣，這個國家的興衰怎麼樣，聽聽這個地方的人他唱什麼歌，他就知道了。現在我們看看這些歌，古時候的歌是污染，但是古時候的歌還是比較有它的意思。古時候的歌它是污染，它也是挑動你那種情緒的，像我以前小時候常聽台語歌曲「望春風」，那個是什麼？女孩子十七、八歲思春，讓你聽了起那種邪思邪念。但是以前人編的，它比較有文藝，比較有內涵，也比較含蓄。現在年輕人唱的那個，我愛你，愛不到就恨你，恨你乾脆就把你給宰了，唱那種歌，常常在殺人，社會問題就很多。所以現在這個歌，最好也都統統不要聽，是最好。舞就是跳舞，歌舞在中國古代它是一種教育。孔老夫子制訂歌舞的原則，他講了三個字，「思無邪」，就是說讓你的思想沒有邪念，這樣的歌舞就是正面教化的作用，有正面教化人心的作用。讓你的思想不會有邪念，不會想歪了、想錯了，它這個就是正當的。現在的歌舞都不行了，都學外國的，唯恐你邪念不夠多，讓你多增加一些。

倡伎，這個倡跟唱歌的唱是一樣的意思，這個伎就是表演。表演，譬如說耍雜技的，變魔術、馬戲團，這些也不要去看。這個以小乘戒來講，你這一天持齋戒就是不能去看，不去看是最好。大乘戒，饒益眾生戒，我們如果要去利益眾生，要去看，今天不要受這個齋戒，這樣你就比較沒有掛礙；或者你受了齋戒也可以捨戒，今天做不到你可以捨。怎麼捨？你對一個聽得懂你講話的人，給他講

「八關齋戒我今天做不到，我今天捨了，我跟你講」。他說，他聽明白了，你這個戒就捨掉了。但是你不要去找一個外國人，他只能聽懂英語，你跟他講中文，他聽不懂，那個不算。或者你對一隻狗講，那個狗也聽不懂你講的意思，那個也不算。聽得懂人語，《戒經》講聽得懂人語，就是聽得懂人講的話。但是人也很多，這個世界國家那麼多，語言那麼多，你不可能去找一個洋人跟他講，他也聽不懂你在講什麼，那個不算。就是要聽得懂你講話的意思，那個人，你跟他講，我今天做不到，要捨戒了。他聽到了，他知道了，這個戒就捨了。如果你要受，你再受，反正八關齋戒隨時可以捨，隨時可以受。其實五戒它也是可以這樣，五戒，小乘戒可以這樣，做不到，捨戒，你就不會多一個犯戒罪，等到你覺得可以做到再受，這樣就比較好。

有一年，大概二〇〇四年，我們淨老和尚在澳洲淨宗學院，圖文巴，那個時候跟市長關係也很好，也很支持學院的建立，所以老和尚也為了要跟他們交流，跟當地的人和睦相處。因為那是一個基督教的城市，很排外的，所有佛教沒有一個道場去那邊蓋寺院的，其他宗教也沒有。所以學院蓋在那個地方，老和尚用四攝法跟他們交流，得到非常好的效果。每個禮拜六辦溫馨晚宴，請這些洋人來吃飯，吃素，放一些翻譯英文佛教淺顯的影片給他們看，現在已經辦十年了。另外有一年也請浙江一個雜技團去表演，去圖文巴市皇家戲院表演，市長這些官員都去參觀。我也被安排去看雜技，我也不能不去，因為老和尚都去了，其他的法師也都去了，我也不能選擇說「我要持齋戒，我比較清淨，你們受污染去污染」，我也不能這樣，這樣好像跟大家就不合群，所以也去看。所以這個是屬於饒益有情戒，就是對眾生有幫助的，對眾生有幫助的就要去做，這是屬於大乘菩薩戒。

所以大乘菩薩戒遇到利益眾生的機緣，他在這種情況就必須開緣，這樣他才能夠利益眾生。所以雜技我們平常沒有事自己不要買票去看，你自己買票去看就犯戒了，或者你開電腦來看也犯戒，現在不用買票，電腦什麼節目都有，你就不能去看，不往觀聽。這還包括其他的，伎，文藝，譬如說畫畫、書法、雕刻、下棋，下象棋。你們有沒有人會下象棋？我以前很喜歡跟我弟弟下象棋。還有圍棋，還有跳棋，跳棋我會下，圍棋我沒下過。另外賭博的，打麻將。麻將我會打，以前不會打，後來退伍之後看到人家打，看不懂，沒有意思；後來我看懂了，很有意思。打麻將也不可以，玩撲克牌也不行，玩這些娛樂遊戲的這些節目統統不可以，包括這些文藝、詩詞歌賦，做這些統統都不可以，這些都妨礙我們道心。妨礙道心，很容易我們又會去犯前面四條性罪，是因為這樣才禁止的，如果不是這樣不需要設這條戒。

如果你有功夫，像觀世音菩薩他修「返聞聞自性」，那什麼歌，什麼都可以聽，因為對你沒有影響，不但世間的歌誘惑不了你，天上天人奏的音樂都影響不了你。天上天人奏的音樂美妙到什麼程度我們不知道，但是經上佛給我們講，迦葉尊者他是修苦行的，修頭陀行，修苦行的，這些他當然都禁止。有一次迦葉尊者聽到天人在奏音樂，修苦行的迦葉尊者一向都在打坐的，竟然起來跳舞，你說那個音樂多好聽，我們人間找不到的，連迦葉尊者都起來跳舞了，那你說我們還行嗎？我們不行。但是觀音菩薩就沒問題，因為觀音菩薩他能夠從耳根「返聞聞自性」，不管什麼音樂到他耳根裡面都「性成無上道」，他就沒有障礙了。但是我們的定慧還沒有返聞聞自性，聞思修三慧還沒有成就之前，你就是不行，你去了就一定受妨礙。所以我們現在功夫不夠，還是乖乖的守這個戒，對我們修定慧才有幫助。所以這些範圍包括很廣。另外在《沙彌律儀》講，

也不能學兵書，兵書就是打仗的，學醫書也不行，學天文地理、看相算命、看風水的，學那些很多方面的，這個統統禁止，不可以。所以這個都包括在裡面。八關齋戒就是你這一天禁止，它只有一天的時間，一日一夜，這個齋戒就自動解除了，你沒有再重新受，你去接觸，這個不犯戒。但是你受了這一天，你去接觸就犯戒了，犯戒就有犯戒罪在，你要懺悔業障。

第八條，「不坐高廣大床，恐起貪著，及縱恣故。」所謂高廣大床，它包括很華麗的，譬如說鑲金的、鑲銀的，富貴人家的大床，或者是國王、大臣（做大官的），特別是古代做國王、大臣的，他的寢室都很華麗，都是金銀珠寶。我到法國凡爾賽宮去參觀過兩次，以前那些皇宮，看皇后在皇宮睡的床鋪都是鑲金鑲銀的，連餐具也都是，這個我們就不能去坐，不能坐在那個地方。高，它高度有一定限制，廣（寬敞），它有限制，照《戒經》講，坐床高是一尺六，一尺六不是一公尺，你不要算一公尺，應該算台尺，台尺比較短。一尺六大概這麼高，高度大概這麼高。我現在雙溪做的活動床加輪子，我沒有量過，可能超過一尺六，可能一尺八到兩尺這當中加上輪子大概多兩寸。標準是一尺六，就是從地面到床鋪上面，這個高度是一尺六；長八尺，寬四尺。如果超過這個以上的，那就算高廣大床，你睡了就叫犯戒。

不處高廣是什麼？就是你自己不能去製造這樣的床、超過這樣的床，你自己做的床一定要標準，才不犯戒。所以受八關齋戒這一天，我建議大家去買一個活動床，現在那都低低的，那個寬不會超過四尺，大概三尺，長大概六尺多一點，折疊的來睡就不會犯戒了。如果你受戒這天到外面去受人家邀請，人家請你睡覺的地方，那別人做的，那個就不犯了，那個不是你自己做的。受戒這一天當然能夠遵守是最好。為什麼說床不要太高、太廣？因為怕我們睡覺也

容易起貪心。所以以前像我們當兵那個就比較標準，一個人就是一個床鋪的位子，大概三尺六尺，那是通鋪，一排一排的，上下鋪的。睡得太高也不好，人睡在高處其實睡得也不安穩，所以一尺六是最好的，床鋪矮矮低低的。

像印光祖師的床、弘一律師的床，我都去看過。弘一律師的床在杭州虎跑，現在變成觀光區了，他的床很簡陋，插四根竹子、一個蚊帳。印光祖師在普陀山的房子我也看過，也是這樣，這個很簡單的，插四根竹子、一個蚊帳，就符合不坐高廣大床的標準，我們出家人應該是睡這樣的。所以我們出家人現在睡高廣大床就不符合這條戒的標準。不坐高廣大床，不會放逸。你一個人睡得很寬、很廣容易放逸，一個人要翻來翻去都可以。三尺不超過四尺，太翻了你就掉下來，所以你就不會放縱，這防止我們放逸的。也不要做得很華麗，這個都不可以。這是不坐高廣大床。這八條就是八戒，八條戒。這八條戒通在家出家，在家人受，出家人也可以受，出家人受了屬於增益戒。所以弘一大師勸出家眾也要受這個戒。古來祖師大德，很多人都勸人家受八關齋戒，勸僧俗要受八關齋戒。

第九條，「不非時食，非時而食，心易昏昧。」不非時食它的利益也很大，藕益祖師有一篇文章寫不非時食十大利益，有十大利益。在大乘佛法這條齋就比較沒有那麼嚴格講求，因為大乘教菩薩以涉俗利生為主。涉俗利生為主就是以利益眾生為前提的，所以對於齋它的含義就比較廣大，這是我們一定要知道的。因為你要利益眾生，眾生他還沒有學佛，或者是剛接觸佛法，這方面你要懂得觀機，懂得去開緣。所以過去台中蓮社李老師，他日中一食，一個居士過出家人的生活，一天吃一餐，而且吃的不多。根據我們淨公老和尚講經常講，李老師一天吃一餐，他一塊錢夠了，一餐一塊。我們老和尚他說，他要吃兩塊，他說李老師吃一個饅頭飽了，他要吃

兩個，所以他要兩塊。他吃一餐不是吃很多。

我剛出家那一天開始就持午，日常法師是沒有要求吃一餐，他是吃兩餐，早上跟中午。早上那一餐在戒律來講（齋戒來講），早餐那一餐也算是一個開緣，不算犯齋，因為它沒有過中。但是沒有過中，你一定要明相出，明相就是說在沒有點燈的情況之下，天亮你可以看到自己的手指，這個時候才能吃。如果還黑黑的，沒有點燈看不到自己的手，那個時候還不可以吃，你吃了一樣是犯齋，或者超過中午的時刻，吃了也犯齋，那齋就破了。所以持齋要講求時間，這樣才如法。日常法師提倡吃兩餐，所以我們每一天就是吃兩餐。但是我剛開始也不懂，晚上不能吃，中午多吃一點，吃得太飽了，吃到胃都潰瘍，所以這個就不如法。晚上不吃，你中午還是跟平常一樣的飯量，不能把晚上那一餐拿到中午來吃，一下子吃太多，胃腸承受不了，胃腸就出毛病。所以出家之後胃腸就很不好，在家就不是很好了，出家又不如法的持午，更不好。

後來我到戒場去受戒，廣欽老和尚那個時候在世，到妙通寺去受戒，他沒有要求我們持午，他是要持午的人持午，不持午的人晚上可以去吃藥石。我在戒場就沒有持午，在基金會持了一年多的齋，去受戒我就沒有持了。我們一些戒兄弟他們都發心晚上不去吃藥石，但是我看他床鋪旁邊，都睡通鋪，我都看到也有餅乾、也有奶粉。我說乾脆就去餐廳吃還比較好，晚上再來偷吃一點（他們說偷吃），我說你就大大方方去吃。所以你不如不要持了，因為你吃了等於破齋，沒有意義了，你要持就持得如法，這樣才有效果。

持齋有什麼好處？你持一天的齋，你將來不會遇到飢荒。特別現在糧食減產，我們來發心持齋戒，你持一天的齋，世界上飢荒、飢餓這個你就不會遇到。你持一天的齋就給你存六十餘萬石的糧食，功德有這麼大。你持一天的齋，你的口糧就有六十幾萬，持齋的

人，你怎麼吃也吃不完！所以你不會受到飢餓的果報，這是持齋的好處。另外，持齋就是你晚上要睡覺的時候不吃東西，比較輕鬆，也省得麻煩。因為我們世間人為了吃三餐，每一天忙忙碌碌就為了吃，晚上這一餐如果不吃會省很多事，這個我持過齋我知道。我最近在山東做百七，我有八個多月晚上沒吃，人比較瘦，但是比較有時間，比較不那麼趕，因為吃飽了唱不出來。所以持齋有這個好處，而且頭腦會比較清醒，腦筋思慮會比較靈敏，有這個好處，頭腦清爽，這是齋的好處。還有蕩益祖師講十大利益，那好處就更大了。所以佛制訂這個齋戒，有它不可思議的功德利益，這個我們一定要知道。

李老師他一天吃一餐，如果遇到有居士請他吃晚餐，他也去。所以那個時候沒事，有居士、有護法要請吃晚餐，他都拉老和尚去。老和尚說我們不是持齋嗎？他說這你就知道了，你學小乘戒這樣就不能利益眾生了。為什麼？一般初學佛的人，世間人他請你吃一餐飯，他是對你很恭敬、很熱忱邀請，接受他請客，他非常感激的，往後你給他介紹佛法，他會更樂意來接受，這是為了利益眾生去吃的，不是自己貪吃、愛吃去吃的。其實去吃那一餐，對一個持齋的人來講，他是一個負擔，因為平常他沒有吃，他很輕鬆，他吃了是一個負擔，但是為了利益眾生，他是犧牲自己，這是菩薩戒的精神。所以他就拉老和尚去吃，他這不是破齋，他是為了利益眾生的，不是為自己吃的。如果自己貪吃，受了齋戒，晚上又去弄一點來吃的，那就破戒了。這個叫開緣，這個一定要懂。

如果有的人對於開緣，他搞不懂、搞不清楚，那你乾脆就捨，你今天的齋戒捨，你就不會結犯齋的罪。其實遇到這種情況，他是開緣，他沒有犯齋。所以有一次我們一個出家眾悟超師，是一個退伍軍人，七十幾歲出家的，習氣很重，他都要持午。有一次我們到

台南去看開心法師，我們老和尚跟韓館長，他老人家也一起去，我也去了，開了幾部車下去。他老人家看看時間，今天持午，十一點了，他就在車上麵包，吐司、麵包拿出來，「對不起我先吃了，我今天持齋」。結果到那邊，開心法師辦了兩桌很豐盛的菜招待我們，結果他老人家說他吃飽了，人家去吃飯，他就一個人跑到外面去。後來回來的時候坐同一部車上，老和尚就給他講，他說你今天實在是太可惜了，今天開心法師在吃飯的時候有很重要的開示，因為你持午，所以你就沒聽到了，你今天這一趟來太可惜了。他很懊惱，怎麼這樣？就是因為你持午，開心法師辦了那麼豐盛的菜要招待你，你不吃，他真的很開心！後來給他開示一頓，老和尚教他，以後遇到這個情況，你要跟著大家一起去吃，這個不叫破齋，這是開緣。

所以有一些人他不懂開遮持犯，要他開，他心裡不安，他認識得不夠，如果在這樣情況，那你就捨戒，你捨掉，你就安心了，你就不犯齋戒了，你要受再受。八關齋戒只有一天一夜，隨時可以捨，隨時可以受。如果那一天他懂得這個道理，不過他老人家習氣很重，跟他講，有時候都講不通。在車上，我跟他坐同一部車上，如果他說「道師，我今天要捨戒，今天要去給開心法師請客，不能持齋戒了」。我說，「我明白了」，這樣他戒就捨了，他去吃就沒犯齋戒。他也沒學過，也不能怪他，因為現在戒場只負責給人家授戒，沒有講戒的。為什麼？沒時間，沒時間給你講那麼多。你要受五戒，在過去起碼你要學個半年，要把《戒經》開遮持犯的道理給你講懂，你在生活當中知道怎麼去做，你這樣才有辦法持戒。所以常常有居士去受戒，不受戒就沒問題，戒受回來，常常來問我。

在汐止蓮社，有一個老菩薩八十幾歲了。我說老實念佛求生淨土，還受什麼戒？她說人家說受菩薩戒很好。我說很好沒有錯，但

是現在也沒有真正的戒師，能夠如理如法傳授戒給妳，妳也得不到戒，也沒有時間給妳說明這個戒的開遮持犯。他兒子來給我講。我說勸你媽媽不要去了，老實念佛就好了。後來他媽媽還是去受。我說去受了，她肯定會有很多問題。一受戒回來，不超過一個星期，因為我遇到很多例子，不出我所料。什麼問題？平常她跟這個居士的弟弟住在一起，他媽媽都給他弟弟煮葷的吃，她自己吃素。但是煮葷的給他弟弟吃，煮完當然收拾也都是他媽媽在收拾。現在菩薩戒受回來了，在戒場聽到人家說，那個煮葷的碗，你手都不能去摸的、不能碰的。結果他們家碗筷都沒有人收，造成困擾了，再來問我這個問題。我說一個禮拜前才跟妳講，妳們就不相信。我說妳應該去問傳授妳戒的戒師（因為這個戒又不是我傳給她的），妳去問他。

另外一個是住在三芝淡水的，這個更早了，在圖書館，也是一個居士。夫妻兩個跑來，「悟道法師，我要去受菩薩戒了」。我也是跟他講，「你們受戒可能會有許多疑問」，但是他們還是去受。當然發心去受戒是很好。我說發心受戒要學戒，不然你不懂，不曉得怎麼持戒，不知道怎麼持戒。結果受了也是一個禮拜就來了，什麼問題？受菩薩戒不能賣酒，他們家在開店的，以前台灣叫柑仔店，有賣煙酒。我說你去問戒師，傳授你菩薩戒的戒師，你去問他。他說我有，我去問了。我說問了，戒師怎麼說？戒師說叫他改行。我說那你就改。他說不行，那是我爸爸開的，我爸爸還在，改了要跟他吵架。我就給他講，你學戒不懂開遮持犯，所以你就會有問題。遇到這種情況你要怎麼樣？你要怎麼做？

還有一個小姐在一個公司上班，她不是受菩薩戒，她是受五戒，平常她老闆都勸她去騙客戶，那個客戶要來收錢，老闆就叫她跟客戶說不在，她講得很自然，客戶常常就這樣被打發走了。她去受

了五戒回來，不打妄語。結果客戶來，老闆在不在？這個時候她心裡就支支吾吾的，講得不自然，被客戶看出來，「你老闆在，你在騙我」，結果他們老闆被揪出來。後來那個人走了，她就被老闆臭罵一頓。跑來問我，受了五戒不妄語，我想要打妄語，但是受了戒不能打妄語。不打妄語也不行，不打妄語她老闆要責備她，要打妄語她又犯戒，怎麼辦？我說你看著辦。

這個就是授你的戒，開遮持犯沒有給人家說明、講清楚，受了戒問題一大堆，所以是受了一個糊塗戒。持戒也是持糊塗戒，持什麼戒？得不到戒律的功德。所以受了戒要去學戒，學會了才能去持戒。這些道理也很多，也必須要很多時間來講解說明，這個要上課的。你在學校學個技術都要上課上好多年，這要作佛的上幾天的課都不需要嗎？就這樣幾個小時就解決了，哪有那麼便宜的事情？你要去上班，一天要賺一點工錢，都要一天工作八個小時。這裡要教你成佛，叫你花一點時間來，你都不肯幹，你能成得了嗎？大家想得太天真了。所以現在人學佛都是結緣的，所以要上課。

持齋有很多好處，如果你知道這個好處，你持一日一夜的齋，特別現在災難這麼多的時候，你也就沒關係了。還有我們念佛人，如果你能夠如理如法持齋戒，念佛沒有念到一心不亂，如果你沒有念到一心不亂，臨命終的時候藥師如來會派八大菩薩，幫助你往生到西方極樂世界，這在《藥師經》裡面有。譬如說你年紀比較大，時間不多了，或者身體很衰弱，時間不長了，要持齋戒。以前印度一個國王，他的夫人死相已經現前，那個大概現在醫生說要準備後事，死相已經現前。然後這個夫人就要求國王說，「聽佛講，受一日一夜的八關齋戒功德很大」，她就求授一日一夜的八關齋戒，她就受一天一夜的八關齋戒，都快死的人受一天一夜的八關齋戒。第二天死了，死了之後她的神識就生天道，有的人再到人間來做人，

做國王大富長者。我們念佛的人，如果你念佛功夫不到，藥師佛會派八大菩薩引導你去西方極樂世界見阿彌陀佛。

這個齋戒，在《無量壽經》、在《藥師經》、在《觀無量壽佛經》都有講到齋戒。《無量壽經》佛給我們講，在這個世界你持一日一夜的齋戒，勝過西方極樂世界一百歲，一百年。大家念《無量壽經》，大家念這部經都念過去，但是不知道這一條怎麼修，就是要這麼修的，你修一天一夜，那等於在西方極樂世界修一百年。大家如果要修先報名，下次我回來再找時間跟大家講這個，跟你講清楚、說明白，你受了戒才有效果。

這個齋戒的期限就是一日一夜，「從今朝受，至明日天明即滿」。譬如說你今天早上六點受，到明天早上六點，二十四小時期限就到了，到了這個齋戒自動就解除。「欲數數持，當日日受」，如果你要一直持下去，你每天都要受一次，不能說我受一次我持七天，這個不可以，因為它的時限只有一天一夜，超過二十四小時，這個齋戒它就自動解除。你要受了再持，才有這個功德；你沒有再受，你持就沒有達到這個功德，但是也有好處，也有福報。所以要數數持，當日日受。「其餘諸戒，皆以盡壽為期。唯此一戒，以一日一夜為期。倘能發菩提心，持得清淨，尚能往生西方，何況生天。若不如法，則成虛名耳。」如果不如法就變成有名無實，現在很多人去受八關齋戒，一個虛名，得不到經上講這個功德利益。為什麼？剛才跟大家講了，這個戒沒有明白，不知道怎麼持，開遮持犯也不懂，所以就得不到利益。

「受時，當請比丘於佛前說之。若無比丘，則便於佛前自陳受之，無佛對經亦可。若有比丘，不肯求授，自陳受者，便為慢法慢僧，其利益隨其心而劣弱矣。無論未受戒，及已受五戒，及菩薩戒者，皆可受，以其屬加行戒故。」受這個戒應當請比丘，就是出家

男眾受了比丘戒。現在比丘也是名字比丘，有名無實，但是如果有出家人，我們還是尊重僧寶，出家人。譬如說這一天寺院有授八關齋戒，我們當然報名可以去受，如果沒有，自己也可以找出家眾來幫我們授，授這個戒。如果出家法師他不方便，或者你的時間不方便，有時候你要從家裡到道場去，時間已經太晚了，不方便受，在這種情況之下，你自己可以在佛前受。如果你住在道場方便，當然請出家眾來授，這樣對僧寶一個尊重。如果不請出家眾來授，這個變成慢法，慢就是輕慢，這個功德利益隨我們的恭敬心成正比例，你一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益。

出家眾他授這個戒，我們都以真誠恭敬心來受，你就真得利益。你也不要管這個出家人他自己修得好不好，你在那邊分別執著，你自己吃虧。縱然他破戒破齋，那是他的事情，我們恭敬至誠，得到圓滿的利益是我自己得到，這個應當要知道。如果不方便，比如說時間不方便，各方面不方便，你去的時間也不是很方便，也不是住在道場，在家裡，在這樣的情況，自己想今天剛好可以受，自己也可以在佛像面前自己發願來受。照戒條八條來念，在佛前弟子某某，譬如說你受三皈，「是弟子妙音，從今天六點到明天早上六點，願意持八關齋戒八條戒一條齋，如法來受持，請諸佛菩薩來證明，慈悲攝受」，再禮佛三拜，這樣就可以了。

如果沒有佛像，對一本經，《無量壽經》也好，《阿彌陀經》也好，《金剛經》也可以，《地藏經》也可以，只要有經本，大乘小乘經都可以，你就對著那本經拜、那本經受，也可以。如果有比丘可以授，我們應當請比丘來傳授，這是尊重住持僧寶。如果沒有受戒，你沒有受五戒或者菩薩戒，都可以直接受八關齋戒，所以這個戒叫頓利之戒。它沒有一個順序的，你有沒有受戒，不是說你要先受五戒才可以受八關齋戒，不是這樣的。你沒有受五戒或者受菩

薩戒，都可以直接受八關齋戒，所以這也是一個很方便的地方。齋戒我們簡單介紹到此地，要詳細的解說，我們要另外安排時間，如果大家有興趣，我們再安排時間來學習。

我們再看下面經文，『於諸眾生起平等心』，這是屬於菩薩的用心。菩薩的心是平等的，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲，這是菩薩的發心。我們也要學菩薩，對一切眾生起平等。平等就是要怨親平等，眾生有我們喜歡的，有我們不喜歡的，我們要平等，對喜歡的不要起貪戀之心，不喜歡的不要起瞋恚之心，不要起厭離之心，你這個心保持清淨平等。存這樣的心，用這樣的心態來誦咒，『常誦此咒，莫令斷絕』。

【住於淨室。澡浴清淨。著淨衣服。懸旛燃燈。香華百味飲食以用供養。制心一處。更莫異緣。如法誦持。】

發心持戒，對眾生起平等心，「常誦此咒」，這個常就是每一天都誦咒。這個咒一天誦五遍，一天念五遍，五遍時間不是很長，當然你能夠念的遍數愈多愈好。「莫令斷絕」，莫令斷絕就是不要中斷，我們念佛的功夫常講不間斷。『住於淨室，澡浴清淨』，你選擇一個清淨的房間，洗澡洗清淨，當然不要洗香水，前面有齋戒，但是要盥洗清淨，穿乾淨的衣服。要『懸旛燃燈』，就是供養觀世音菩薩的聖像，莊嚴壇場，我們現在講布置，布置壇場，還要有供品、香花，這是我們在佛前供佛都一定要準備。『百味飲食』就是供養吃的，我們現在常常上供，供飯、供菜，我們供佛菩薩都是六碗、十二碗，這個「百味」你能夠準備這麼多，當然是最好，如果沒有辦法就是六碗、十碗也可以，來供養佛菩薩。這個當中它都有表法的意義在。

『制心一處，更莫異緣』。「制心一處」，這個很重要，所謂「制心一處，無事不辦」。我們心散亂，所以做什麼事情都做不好

，如果我們能專心做一樁事情，這個事情都一定可以做得好。所以我們念佛的時候不要想到做事，做事的時候不要想到念佛，你事情做完了就專心念佛，念佛的時間你不要想做事，這樣你事也能做好，佛也能念好。不要念佛的時候想做事，做事的時候想念佛，這兩方面都做不好，佛也念不好，事情也做不好。做事也是修清淨心，你一心專心做事情也是修一心，不是說念佛才修一心。其實我們穿衣吃飯，你專心就是在修一心，這個道理一定要懂。你事情放下沒事了佛號提起，有事來就去專心做事，佛號放下。

所以過去有一些計程車司機，他念佛念得很認真，有一次去給老和尚講，他說「報告師父，我現在念佛念得功夫不錯了，現在那個紅綠燈我都不知道」，他說念到紅綠燈都不知道，有時候載客人也開錯地方，我的功夫念得不錯了。他原來以為老和尚會給他嘉獎一次，結果被老和尚罵了一頓。老和尚說哪有像你這樣念佛的？紅綠燈都不知道，那出車禍怎麼辦？客人如果要去機場趕飛機，你送錯地方，讓人家誤點搭不上飛機，你賺人家的錢對得起人嗎？他把念佛錯會了。你開車就專心開車，不能紅綠燈你不知道，不能地方給人家送錯了。他以為功夫很好，念到什麼都不知道了，那錯了。所以制心一處，你一定要知道怎麼制心一處。「更莫異緣」就是放下萬緣。你做任何事情的時候，其他事情放下，專心做這個事。你做什麼事情都是制心一處，不是只有念咒，你這樣才能功夫成片，一心不亂。成片是什麼？跟你整個生活打成一片，不是念佛的時候一片，出了念佛堂又沒有一片，這就不叫功夫成片。

好，今天時間到了，我們就講到這一段，講到「如法誦持」，這一句很重要。下面講的就是你能夠這樣修，它有什麼殊勝的果報，我們下一次再來學習。這一次因為要到大陸、日本，日本死了那麼多人，之前就跟人家約好了，要做法會，現在有提前。原來是五

月初才做，現在因為為了趕他滿七的時間，所以在這個月底，四月二十二號到二十八號剛好是滿七，就增加做四場，時間提早。原來也預定是明天到日本東京去佛學講座，但是因為這一次的海嘯，所以行程上有調整。現在有很多人不在，離開日本，所以這次時間有調整。但是時間我們還是依照原來訂的時間，只是地方換了一下。所以我們下一次講座時間在五月九號禮拜一，我們再繼續來跟大家學習。這一段時間大家可以多看看，多了解一下，你再來聽講會更有收穫。好，我們今天就講到此地，非常感謝大家的光臨。請大家合掌，我們來念迴向偈：「願以此功德，莊嚴佛淨土，上報四重恩，下濟三途苦，若有見聞者，悉發菩提心，盡此一報身，同生極樂國」。阿彌陀佛！謝謝各位。