

淨宗同學修行守則—戒律很重要 悟道法師主講 （第十八集） 2021/6/8 台灣台北靈巖山寺雙溪小築
檔名：WD13-005-0018

《淨宗同學修行守則·律要節錄》。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請放掌。請大家翻開「律要節錄」第四十一頁，倒數第四行，從六十這條看起：

【六十、脅尊者，一生脅不著席；高峰妙禪師，三年立願不沾床凳；悟達受沈香之座，尚損福而招報。噫，可不戒歟！】

這條是講『脅尊者』，「脅尊者」是印度的聖者。高峰妙禪師、悟達國師都是我們中國的高僧。脅尊者，『一生脅不著席』，脅尊者他是一個修行人精進的典範。在公案當中記載，他入母胎六十年。我們一般人在胎裡面是十個月，他在母親的肚子裡面住了六十年才出生，出生頭髮都白了，八十歲他才捨俗出家。六十歲出生，在母胎待了六十年，八十歲出家。當時他出家八十歲了，有年輕的僧人，這些比丘僧就笑話他，說出家有兩種事業，第一個要修習禪定；第二個要諷誦經論，誦經、講經，但是你這麼老了，現在出家，什麼都做不了。你現在這麼大的年紀來出家，這不是在佛門來濫竽充數、飽食終日嗎？來佛門混個飯吃，就笑話他這個。但脅尊者很有志氣，他聽到大家這樣笑話他，他就立下誓願，我若不通三藏教理，不斷三界的欲惑（就是見思惑），得到六神通，具八解脫，終不以脅而至於席。他就發這個願，也就是說他沒有通達三藏，經律論三藏的教理，沒有證得阿羅漢果，他就不躺在床上睡著。這個「脅」就是背部，我們腋下到肋骨這裡，背部。他不靠著，也不躺下來，就是打坐，修禪定，從來沒有躺下去接觸蓆子，所以後人尊稱他為「脅尊者」。這個尊者就是夜不倒單，誦經、修定，經過三

年苦行，最終通達三藏，證得阿羅漢果。後來他常坐不臥，他的休息就是打坐、入禪，所以後人稱他為「脅尊者」。而取笑他的這些年輕出家人，不但沒有通達三藏，更沒有獲得聖果。這個尊者他精進，僅僅用了三年的功夫便超越了他們。

所以自古以來，修行人精進與否，在成果上確實有很大的差別。這個我們淨老和尚在講席當中也常常講到，我們念佛，我們現在是沒有這個功夫，不要說證果，我們連得到世間禪定都辦不到，但是我們很幸運遇到帶業往生的淨土法門。所以從這個《淨土聖賢錄》來看，在家、出家很多人，的確他三年的精進就自在往生了，就取得往生的資格了。他真的精進了，把時間用在念佛求生淨土，就是為了了生死，成佛道，度眾生，用在這個上面來精進，三年他就成就了。我們最近的一個例子，在二〇〇六年，已經十五年前了，深圳信德圖書館向館長，她也辦一個精進班念佛，有個居士黃忠昌，這個我們老和尚在講席當中也常常提起。他聽說古代的人念佛念三年都預知時至，就往生了，他就試看看。他真的萬緣放下，就是誦《無量壽經》、念佛。他的日記我看了一點，看到有一些同修很多不好的習氣，他都回頭觀察自己的心，不被他影響。他修自己，就看自己有沒有這個過失，不去責備別人。真的，他還念不到三年，兩年十個月，差兩個月才有三年，他就預知時至走了。的確這個是我們效法的。

脅尊者一生脅不著席，這個是少數人，禪定功夫很深，一生沒有躺下來睡著，這種人已經離開睡眠了，所以有定功的人不需要睡眠。財色名食睡，這叫五蓋，蓋覆我們的本性，這些東西是可以去掉的，統統可以不要。哪種人不要？有定功的人不要，這五樣東西，財色名食睡都可以不要了。他根本不用睡眠，他怎麼會躺下來睡覺？他打坐，他坐在那裡就是休息；他入定，入一下定，精神、體

力立刻就恢復了。這個我們看近代禪宗大德虛老（虛雲老和尚），我們看他的《年譜》、看他的《傳記》，虛老禪定功夫很深，往往一打坐、一入定就一個月、半個月，這常有的事。在他感覺當中一下子就過去一個月了，再看看他煮的山芋頭（就我們現在的野菜）都長霉了。一個月過去了，他也不用吃、也不用喝、也不用睡覺，這個定功一出來，精神飽滿。所以我們做午供常常念「禪悅為食」，有禪定功夫的人，他的飲食、他的能量、他的營養就是禪定，所以叫禪悅為食。我們沒有定功就不行了，我們凡夫這五樣東西還不能離開，這就是煩惱很重，習氣很深。所以我們現在不能沒有這五樣，但是要減少，要慢慢減輕，我們功夫就有進步。我們看到這些高僧大德，自己就生慚愧心，我們比他們差得太遠了。

不要說證果的人，三界內色界天人他們也就沒有五欲了，他們是禪悅為食，沒有五欲了。色界天最低的是初禪天，財色名食睡都沒有了，他才能生到色界天，這個禪定才修得成。如果還有一樣，那都沒辦法達到色界，頂多在欲界天。所以修禪定，我們想都不敢想。為什麼？這五樣東西，哪一條我們能夠把這個念頭斷掉？不要說斷掉，減輕一點都不太容易。你心裡還有這五樣東西，財色名食睡，你說禪定多高，那是假的。世間禪定都得不到，出世間禪定更不用談了，那只是口頭禪。必須把五欲真正斷掉，連心裡那個起心動念，那個念頭都沒有，這樣才能生到色界初禪天，你就曉得有多難！還在三界裡面，還沒有出三界。假如我們有初禪這個能力，也求願往生極樂世界，給大家講，上輩往生，那完全不一樣。所以這個要修。

下面講『高峰妙禪師，三年立願不沾床凳』。我們可以找這些祖師的傳記來看，這是古代我們中國有大成就的禪師，都是明心見性，大徹大悟的禪師。他明心見性，是祖師，他生活也沒有改變，

他的苦行還是維持，「三年立願」，他發願不沾床、不沾凳。『悟達受沉香之座，尚損福而招報。』悟達國師的公案我們常常聽，這裡給我們舉出來。生生世世都是高僧，戒行精嚴的高僧，一世接著一世修，這個不容易。你看連續十世高僧，沒有懈怠，斷惡修善（持戒精嚴就是斷惡修善），你看十世都保持，這個不容易。到了第十世，福報現前，皇帝尊敬他，拜他作老師，封他為國師，悟達國師。所以他的成就不是一生一世的，是十生十世，十世高僧。被封為國師，一人之下，萬人之上。皇帝供養他一個沉香寶座，就是我們現在講的太師椅，講經說法，升座的太師椅，整個椅子都是沉香做的，非常名貴。他接受之後，他生起一念歡喜心，覺得還有人能跟我相比嗎？皇帝都對我這麼尊重，送我一個沉香寶座，一念傲慢心起來。這個供養過頭了，他還是起了傲慢心，自以為是，護法神離開了，過去世的冤家債主找上身軀，長了一個人面瘡在膝蓋上，有嘴巴、有鼻子，五官都有，還每天要給他吃東西，不吃他痛得就快死了，痛入骨髓，幾乎要了命。後來是一個阿羅漢，迦諾迦尊者，以三昧水懺幫他解冤釋結，他這個病才好，這個冤業病才化解。這個公案故事我們常聽。《三昧水懺》緣起就是這麼來的，是悟達國師編的，專門化解冤業的一個懺本，很多人拜三昧水懺。

這裡給我們講的重點就是說，你看他那麼高的德行，接受過分的供養，起了傲慢的煩惱就損福了，損福就遭報了。所以我們一個人福報有限，要惜福，不能損福。要修福、要造福、要惜福，不能一天到晚專門做損福報的事情。我們現在有福報，不要自己獨享，不要只有想到自己，要跟大家分享。過去淨老和尚常常勸我們同修，要把福報留在晚年，留在臨終來用。臨終好走，這個在我們中國講五福，第五福壽終考，壽終考就是好死的意思，好死就好生。臨終死的時候不受折磨，那是大福報！福報要留在晚年，臨終去享，

不要現在年紀還輕輕的，就把福報享光了。年輕要修福，要造福，要知道惜福。悟達國師的德行，我們哪一個人能跟得上他？你看他接受這樣的供養，尚且損福招報，何況我們？我們如果不懂得修福、惜福，一天到晚在損福，福報享光了，祿盡人亡。這也是蓮池大師在訓沙彌的偈頌裡面教訓沙彌，年少要吃苦，年老才享福；若年少享福壽命促，壽命就短促了，祿盡人亡。

『噫，可不戒歟！』就是說怎麼可以不戒？我們今天想想自己，我們修行功夫也比不上悟達國師，悟達國師十四歲就升大座講經了。他還是做沙彌就講經了，還沒有沒受比丘戒，比丘還在底下恭恭敬敬的聽。這是什麼果報，不必別人說，想想就知道了。所以出家人接受供養，古德提醒我們「粒米難消」，「施主一粒米，大如須彌山，今生不了道，披毛戴角還」，講的都是事實。所以我們如何把這個做到，把自己的毛病習氣改掉？以經典、戒律來修正我們錯誤的行為，這叫修行。好，我們接著看下面一條：

【六十一、禪是佛心，律是佛行；大乘小乘，悉皆同學。豈有悟佛祖之心，而毀佛祖之行？】

這條就是講禪心是佛心，佛心是究竟圓滿覺悟的心。佛是覺悟的意思，有究竟圓滿覺悟的心，我們就稱他作佛陀，這個人我們就稱他「佛」。他的一切行為就是佛的行為，他的行為，我們把它記錄下來就是戒律。所以這個行為是正確的，是可以給迷惑眾生做榜樣的行為。『大乘小乘，悉皆同學』，大乘佛法、小乘佛法，統統要學習。大乘、小乘都還沒有達到圓滿的覺悟，小乘人雖然破見思煩惱，塵沙、無明還沒破；大乘菩薩無明分破，還沒有圓破。比如說證得圓教初住，破一品無明、證一分法身，但後面還有四十一個階位的無明習氣沒破；無明破了，習氣還在。所以都應當以佛的心行做為修學的榜樣、標準，要以佛的為標準，因為菩薩跟羅漢、緣

覺都還沒圓滿，以佛制定的戒律做為我們修學的標準、模範。絕對不會說一個徹底覺悟的人，他的行為乖異不正常，這個不可能的。如果他的行為還不正常，肯定他沒覺悟，還是迷惑顛倒。覺悟圓滿，就是我們平常講覺行圓滿了，自覺覺他，覺行圓滿，這個人就稱為佛陀。佛祖之行是正常的，違背佛祖之行是乖異不正常。所以一個覺悟圓滿的人，他的行為跟佛一定是完全一樣的，佛佛道同，就說明這個道理。所以我們要重視戒律。

過去我們淨老和尚在講席當中常常提起，早年他剛學佛的時候親近章嘉大師三年，一個禮拜跟他見一次面，到他住的地方，青田街，台北市青田街，現在改成蒙藏博物館。一個星期去一次，一次兩個小時，向他請教問題。每一次去，要離開的時候，章嘉大師就送他到門口，就會給他叮嚀一句話，「戒律很重要」。親近三年，章嘉大師圓寂了，他去北投，他特別做一個個別的火化爐，他就搭個帳篷在那邊住了三天。他就回想這個三年大師教他的，有哪一句話他記得最深刻的？就想到每一次去親近他，走出門就給他講，戒律很重要，就這樣輕描淡寫給他講。其他的沒有每一次講，這句話一個禮拜去一次，就一個禮拜講一次，也就是一個星期提醒一次。他想到老師最重要的叮嚀，就是提醒他戒律很重要。因為當時我們淨老和尚對學經，他老人家講過很有興趣，經典理論，學講經；但是戒律，他的看法是古印度的生活方式，我們現代人，又是現代的中國人，怎麼可能回到古老印度那種生活方式？行不通。後來他有一天去參這個話的意思，他明白了，知道佛的戒律跟世間人這種生活方式，那些理法不一樣。為什麼？因為這個是世間法跟出世間法的一個關鍵，你要出世間，你必須要有戒的基礎；沒有戒，你要了生死，做不到，所以跟世間法就不一樣。世間法有一些典章制度，每個朝代都會有一些調整改變，但這個戒不能改變，超越時空的。

不但出世間法這個戒不能改變，世間的理也不能改變，那是世間法的真理，它也是超越時空，它的精神、原則是超越時空的，沒有理就亂了。所以要重視戒律的學習。

持戒就是守法，就是守規矩。世間之亂，就是亂在我們不守規矩，不遵守法度；度是制度。不遵守法規、制度，社會就亂了。家庭也是如此，家有家規，家庭成員不守家規，這個家就亂了，這個家不會興旺。家規是倫理，父慈子孝、兄友弟恭、長幼有序，一定要守這個規矩。秩序要是沒有了，怎麼會不亂？在社會上，小到一個公司行號，開個小店，僱幾個職員，也要有章程，大家要遵守；公司稍微大一點，一定有嚴密的組織，有辦事的細則，每個職位應當做的事情都會規定得清清楚楚。人人都能遵守、都能奉行，這樣就有秩序、就有效率，大家在一起共同生活、共同工作，和睦、快樂、喜悅，這樣才能創造一個公司的業績。在佛門也不例外，再小的道場也有規矩，有常住公約。過去大陸上叢林寺院的規約確實很上軌道。規約不是一、二張紙，那個規約是厚厚的一本。我們看古代這些規約都很多，最早的典範是唐朝百丈大師為叢林定下清規，「馬祖建叢林，百丈立清規」。建叢林就是建佛教大學，蓋寺院，馬祖道一和尚他負責建造寺院，百丈立清規。從這個地方我們也看到古代的叢林建立，內容就是清規。現在廟蓋得很大，一點規矩也沒有，那就很亂，一個寺院常常沒有人，那個就浪費錢了。所以百丈立的清規，佛門以後都以這個為典範。就看道場的大小，道場有規模比較大的、有比較小的，看道場實際上的需要，依照這個範本自己去斟酌、去取捨，來定一份適合我們這個道場的環境來使用的。所以百丈清規就變成佛門的典章制度，一個範本了。曉得這個好處，自然就會遵守。

僧團是所有團體裡面最值得人尊敬的，因為它是一個六和僧團

。六和僧團，除了見解相同之外就是守法，戒和同修。人人都守法、守規矩，這個團體就很難得。大到一個國家也是一樣，同樣的規矩。過去大家都有去過新加坡，新加坡的人他們國民素養都很好，守規矩。我們去做過很多次法會，看到他們的確守規矩，不亂，這個我們要跟人家學習。新加坡人他們能做到這樣，為什麼我們做不到？這個關鍵都是教育問題。所以一定要養成守法的精神。團體，實在講六和敬，不只是僧團希望這麼好的一個規範，能夠推行到所有各個不同的團體；凡是與六和敬精神能夠相接近的，不管他是哪一個團體，甚至其他宗教，都是好的團體。大一點的，一個國家，新加坡是小國，但是它治理得好，就有值得我們向它學習的地方。大家仔細看，它是不是跟六和敬很相應、很接近？如果不跟六和敬接近，不可能治理得好。一個國家跟一個家庭一樣，一天到晚在鬧，一天到晚在亂，這個國家怎麼會興旺？所以六和敬，你看第一個「見和同解」、第二「戒和同修」、三「身和同住」、四「口和無諍」、五「意和同悅」、六「利和同均」，就是說物質生活大家都平均。他有做到這個，接近這個標準，達到這個標準，所以人民安居樂業。不然那個地區也很不好統治，種族很多，語言很多、很複雜，英語、華語、馬來語、印度話，還有它基本的，他們叫福建話，就是福建閩南話（我們台灣叫台語），有很多。但是國家定了四種語言，同時並行通用，發布一個公告，四種語言。這是我們要學習的地方。

所以一定要守法，要守規矩，守法、守規矩是真正愛護自己、尊重自己，愛護團體、尊重團體，真正是做到禮敬諸佛，護持佛法。不守規矩，你自己修得再好，你破壞佛法、破壞道場、破壞制度，你叫一切眾生受苦受難，這個罪過就很重。《沙彌律儀》這個課程的精神，就是教我們要守法，守規矩。我們再看：

【六十二、戒律久廢，一時難以改正；故古德權開，終圖其復本也。】

戒律是約束我們身口行為的。一個人隨隨便便，放逸慣了，一下要我們守規矩，覺得很難過，誰也不願意受這個約束，因為放逸慣了。因此講到經論，學講經、講論，很多人還有很濃厚的興趣來學習。聽到講經，很多人他願意來聽；聽到戒律，很多人聽都不要聽，為什麼？因為講戒律就好像挨罵一樣，誰願意到那裡去挨罵？所以大家想一想，現在這個時代，講經的還有，講戒的就沒有，很少了。為什麼？你講戒講了兩天，大概聽眾都跑光了，沒有一個人願意來挨罵。講戒律的人自己本身也沒做到，講的時候也難過，罵別人就先罵自己，所以就不要再講了，講了自己難過，別人也難過，所以這個東西就很難。如果自己沒有下定決心去面對這個問題，很難，第一個罵就罵自己。所以現在要聽這個東西，真的聽不到了。戒要是失掉，佛就沒有了；禮要是失去，儒就沒有了。儒家一切的學問，禮是根基，基本、根本，根本的基礎。佛家的戒，大經大論的基礎，根本，這個沒有，那些都不是在學佛、在學儒了，都是儒學、佛學了，變成學術性的研究討論而已。由此可知，戒律的確非常重要。別人遵不遵守，我們不要去管，我們自己要遵守。能持戒、守法、守禮，說實在話，你走到任何地方都會被人家尊重，人家對你會產生好感。

我們淨老和尚過去在台中，李老師教《禮記》，告訴這些同學，學禮的目的是什麼？絕對不是叫你成為一個學者，寫寫論文；是希望你學了之後，將來在全世界各個地方不要叫人討厭你，希望跟大眾相處，不要惹人討厭。現在為什麼道場人與人之間摩擦、衝突那麼多？就是沒有學禮，不守禮，所以常常摩擦。不懂禮，走到哪裡，人家看到他來都怕了，都討厭他。所以李老師這個標準非常好

，你學了，能夠叫大眾跟你接觸不討厭你，你辦事就很順利，就成功一大半，大家很樂意來支持你。所以我們要曉得在這個時代，沒有人講禮，也沒有人講守法了，講戒都沒有了。現在社會上一般人，什麼人最能幹？什麼人叫人最佩服的？鑽法律漏洞，大家認為這個人很有本事，他玩弄法律，法律他定的。可是你要曉得，他雖然有本事，後果是製造社會、國家動亂的根源。投機取巧，自以為聰明，其實是造無量無邊的罪業。南宋以後，人心的確是變了，變得投機取巧，走法律漏洞，而且愈來愈嚴重；到了今天，禮法是蕩然無存，一時難以改正。世間法是這樣，那佛門也是這樣的。

『故古德權開』，「權開」是什麼？那些比較小的戒就不要求太嚴格了，就比較馬虎了，希望大的戒、重的戒能夠遵守，那就算不錯了。五戒十善，實在五戒能遵守，那就是現代的聖人了；小的戒就比較馬虎了，睜隻眼閉隻眼，這叫「權開」，權巧開緣。為什麼？為什麼要權開？做不到，所以教學的要求就沒有那麼嚴格了。現在這個時代根本就不可能再要求，現在講民主、自由、開放，你一要求，嚴格一點，人家就告你了。古大德權開的目的不是說永遠這樣下去，是希望慢慢把它收回來，一點一滴的慢慢收回來，慢慢再恢復到古時候那種持戒守法的精神。所以古大德的用心我們要知道，我們要感激，要生慚愧心。我們再看：

【六十三、不可執權迷實，以為常途軌則。依法不依人，方為正見佛子。】

『不可執權迷實』，權巧方便是一時的融通，不能一直執著這個不放。佛怎樣教我們的，那是真實的。我們今天又在這裡開權，這個也是我們淨老和尚權開，把這一本《沙彌律儀》節錄成幾條，這就是開權。為什麼這樣做？《沙彌律儀》那本做不到，不要說要求別人，自己本身都做不到。所以我們淨老和尚他這個東西在美國

達拉斯講過一遍，他把這個說出來，他說節錄幾條，這幾條是很重要的，不遵守不可以，再不遵守就不像樣了。所以一定要曉得，我們不迷，不能把權『以為常途軌則』。「權」就是權巧開緣，是非常時期應用的，距離那個正常、一切都上軌道的還差很遠。現在是非常時期，是大亂的時代，今天是亂世，沒有一處不亂，不得已權開。

人類是群居的，不是單獨生活的，是過社會生活，社會生活最重要就是制度。佛門的制度確實非常好，它的組織非常合理。僧團確實是一個教育機構。我們看百丈大師的清規，建立叢林的制度架構。古時候叫叢林，就是現在所謂的佛教大學。叢林有主席，也稱「方丈」，他住的寮房很小，一丈四方，所以稱為方丈。就是我們現在講校長，佛門稱為和尚、親教師，他負責主持教學政策，所有一切教職員要聽命於他。他下面有四大綱領執事，第一個是「首座和尚」，首座是管教務，管教學，教學的政策、方法由首座來擬訂，和尚批准，他是屬於和尚的幕僚人才。第二個是「維那」，管秩序，管訓導，管領眾、修行。第三個是「監院」，管總務，我們現在講「當家師」，財米油鹽醬醋茶，他管這些。第四個是「知客」，知客就是佛教寺院當中司掌迎送與應接賓客的職稱，又稱為典客、典賓。有關知客，大抵是隨著佛教在中國逐漸流行之後，寺院經濟與僧團組織成熟，才有這個事務性的職務，大約從唐朝開始，確立是在宋代。知客是佛寺客堂主要負責人，職掌接待外來賓客事務，是寺院跟外界聯繫的一個執事，古代稱為「叢林綱紐」，他也是一個紐帶，就是寺院跟世俗接洽的一些事務，重要關鍵的一個執事。政府官員、大施主、四方的名僧大德來參訪寺院，知客師必定要掌握來的客人他的身分、他的目的，給予適當的接待，並斟酌情況引見住持，同時安排吃住、聽經、拜謝見面這些禮法的事宜。可以

說知客是佛門的第一線，如同一個國家的外交官。所以凡是信徒入山門（寺院大門），或者要接洽事情，求助、傾訴，或者是參觀、禮佛，或者來學習，第一個接觸的就是知客。當然知客師下面，我們到六龜妙通寺，看到他們還有照客，照顧客人的，這些都屬於知客師執事下面的。所以四大執事就是一個叢林的四根柱子一樣，方丈下來就四大執事，下面再分很多很多執事。叢林設一百零八單，現在根據道場的需要，自己可以斟酌來擬定。

好，今天時間到了，我們就學習到這裡。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！