

中華佛學學報第 13 期 (pp.33-51)：(民國 89 年)，
臺北：中華佛學研究所，<http://www.chibs.edu.tw>
Chung-Hwa Buddhist Journal, No. 13, (2000)
Taipei: Chung-Hwa Institute of Buddhist Studies
ISSN: 1017-7132

戒從心生

楊郁文
中華佛學研究所副研究員

提要

戒 (sīla) 或戒行 (sīlana) 為善良的利己又利他的品行，重視有善良的動機以及美好的成果。持善戒、持不善戒，犯戒、破戒，戒之雜染、戒之淨化，皆須「思 (cetanā)」心所法之審慮、決定，在意識清醒下所為。論藏提出「云何是戒？」《無礙解道》的答案是：「思 (cetanā) 是戒也，心所 (cetasika) 是戒也，律儀 (samvara 防護) 是戒也，不犯 (avītikkaṃ) 是戒也。」《中阿含 五支物主經》釋尊開示：「此善戒從何而生？我說彼所從生，當知從心生。」

《四部阿含》說明有種種心態 生起持善戒：

1. 從怖苦心持善戒。
2. 從畏罪心持善戒。
3. 從求福心持善戒。
4. 從兩利心持善戒。
5. 從慚愧心持善戒。
6. 從慈悲心持善戒。
7. 從自通 (attūpanāika) 心持善戒。
8. 從菩提心持善戒。

《阿含》所要求的四種戒，是以正念正知 調伏身心，使心性之各部分——知、情、意得以調理，平等地改善人格，具足戒清淨，成就戒法身。

關鍵詞：1. 戒 2. 思 3. 心所 4. 律儀 5. 自通之法 6. 《五支物主經》

一、前言——戒從心生

「戒 (sīla)」或「戒行 (sīlana)」為善良的利己又利他的品行，重視有善良的動機以及美好的成果。

波斯匿王之工匠五支 (Pañcak'aṅga thapati)，有一次在異學園聽文祁子 (Maṇḍikāputta) 說明：「(1)身體沒作惡業，(2)言語沒說壞話，(3)無不當的謀生，(4)心中無惡念。若具備此等四事者，我稱呼他成就善，是第一善，是無上的人士，獲得第一義，是正直的沙門。」[1]

五支面見釋尊時，與外道沙門文祁子所談論者，全部向佛陀報告。世尊聽了之後，告訴五支：

物主！如異學沙門文祁子所說，若當爾者，嬰孩童子支節柔軟，仰向臥眠，亦當成就善、第一善、無上士、得第一義、質直沙門。

物主！嬰孩童子尚無身想，況復作身惡業耶！唯能動身。物主！嬰孩童子尚無口想，況復惡言耶！唯能得啼。物主！嬰孩童子尚無命想，況復行邪命耶！唯有呻吟。物主！嬰孩童子尚無念想，況復惡念耶！唯念母乳。物主！若如異學沙門文祁子說者，如是嬰孩童子成就善、第一善、無上士，得第一義，質直沙門。

物主！若有四事，我施設彼成就善、第一善，然非無上士，不得第一義，亦非質直沙門。云何為四？(1)身不作惡業，(2)口不惡言，(3)不行邪命，(4)不念惡念。物主！若有此四事，我施設彼成就善、第一善，然非無上士，不得第一義，亦非質直沙門。

物主！身業、口業者，我施設是戒。物主！念者我施設是心所有，與心相隨。[2]

此中，釋尊開示「戒行」是內心有「意念」，經「心所」思惟抉擇之後，內心所有活動，以及透過言談、舉止反應於外者。例如：襁褓嬰兒只動轉身體，沒有作壞事；嘴兒或哭啼或喜笑，沒說過壞話；跟人咿啞呻吟，沒有邪法謀求活命；內心沒有歹念、惡思惟 (akusala-saṅkappa {不善志、不善思惟〈M〉ii261})，祇想念吮吸母乳。

如是，嬰兒沒有四壞事現行，不能說他有戒行，是無上士，得第一義，是質直的沙門。沒有壞行為，不完全等同不作壞事——昏迷、熟睡時，沒有壞行為，不能說他在持戒；貪、瞋之境界不現前時，沒有殺、盜、淫、妄之反應，不能

說他亦在持戒。唯有貪、瞋之境界現前時，經內心思考、抉擇、維持不殺、不盜、不婬、不妄語的行為，才是佛陀心目中持戒不犯的清淨戒行。

有關戒學——修身、修心，釋尊指出：應當遍知「(a) 怎樣是(1)不善戒、(2)善戒，(3)善念、(4)不善念。」此等四「(b) 從何而生？(c) 於何處滅、敗壞無餘？(d) 如何修行滅之？」[3]明確的答案如下：

物主！(1a) 云何不善戒耶？不善身行，不善口、意行，是謂不善戒。

物主！(1b) 此不善戒從何而生？我說彼所從生，當知從心生。云何為心？若心有欲、有恚、有癡，當知不善戒從是心生。

物主！(1c) 不善戒何處滅無餘？何處敗壞無餘？多聞聖弟子捨身不善業，修身善業；捨口、意不善業，修口、意善業。此不善戒滅無餘，敗壞無餘。

物主！(1d) 賢聖弟子云何行滅不善戒？若多聞聖弟子觀內身如身……至觀覺、心、法如法。賢聖弟子如是行者，滅不善戒也。

物主！(2a) 云何善戒耶？善身業，善口、意業；是謂善戒。

物主！(2b) 此善戒從何而生？我說彼所從生，當知從心生。云何為心？若心無欲、(「無欲」原文有重複，宜刪。)無恚、無癡，當知善戒從是心生。

物主！(2c) 善戒何處滅無餘？何處敗壞無餘？若多聞聖弟子行戒不著戒，此善戒滅無餘，敗壞無餘。

物主！(2d) 賢聖弟子云何行滅善戒？若多聞聖弟子觀內身如身……至觀覺、心、法如法。賢聖弟子如是行者，滅善戒也。

物主！(3a) 云何不善念耶？欲念、恚念、害念，是謂不善念。

物主！(3b) 不善念從何而生？我說彼所從生，當知從想生。云何為想？我說想多種、無量種、若干種行——或欲想，或恚想，或害想。物主！眾生因欲界想故，生不善念欲界相應；若有想者，因彼想故，生不善念欲界相應。物主！眾生因恚、害界想故，生不善念恚、害界相應；若有想者，因彼想故，生不善念恚、害界相應。此不善念從是想生。

物主！（3c）不善念何處滅無餘？何處敗壞無餘？若多聞聖弟子離欲、離惡不善之法，有覺、有觀，離生喜樂，得初禪成就遊；此不善念滅無餘，敗壞無餘。

物主！（3d）賢聖弟子云何行滅不善念？若多聞聖弟子觀內身如身……至觀覺、心、法如法。賢聖弟子如是行者，滅不善念也。

物主！（4a）云何善念耶？無欲念、無恚念、無害念，是謂善念。

物主！（4b）善念從何而生？我說彼所從生，當知從想生。云何為想？我說想多種、無量種、若干種行——或無欲想，或無恚想，或無害想。物主！眾生因無欲界想故，生善念無欲界相應。若有想者因彼想故，生善念無欲界相應。物主！眾生因無恚、無害界故，生善念無恚、無害界相應。若有想者，因彼想故，生善念無恚（「慈」誤植）、無害界相應，此善念從是想生。

物主！（4c）善念何處滅無餘？何處敗壞無餘？若多聞聖弟子樂滅、苦滅，喜憂本已滅，不苦不樂，捨念清淨，得第四禪成就遊。此善念滅無餘，敗壞無餘。

物主！（4d）賢聖弟子云何行滅善念？若多聞聖弟子觀內身如身……至觀覺、心、法如法。賢聖弟子如是行者，滅善念也。[4]

釋尊開示：不善戒（邪戒、戒禁取）、善戒（正戒）皆屬眾生身、口、意三行，起心動念、言談、舉止。有邪見、邪念（指不正思惟的邪志、邪念），所生身、口、意三行是惡，則為不善戒。與此正相反，具有正見、正志所生三行是善，則為善戒。

此不善戒所從生，當知從心生；倘若內心有貪欲、有瞋恚、有愚癡，導致身、口、意三惡行，產生惡戒。善戒所從生，當知亦從心生；設若內心捨斷貪欲、瞋恚、愚癡，導致身、口、意三善行，生成善戒。

不善戒、善戒悉皆於身、口、意，從因緣生；因此也可以，於身、口、意，由因緣消滅三惡業；修習捨離三不善業而無戒禁取——行戒而不著戒。「念」由接觸「界」，依「想」由因緣所生；所以不善念、有漏善念，由於修習四禪那，不接觸五蓋，鎮伏雜想、雜念，使不善念、有漏善念不動。

多聞聖弟子修習四念處為首，由「法念處」操作「七覺支」，[5]可以消滅諸不善戒、不善念，消除有漏、有取的善戒、善念，充實無漏、不取的身、口、意

三妙行。

p. 37

能否如是與法相應，釋尊說此條件：

物主！若多聞聖弟子：

(a) 以慧觀(1)不善戒知如真，(2)從生不善戒知如真，(3)此不善戒滅無餘、敗壞無餘知如真以慧觀，(4)賢聖弟子如是行者，滅不善戒知如真。

(b) 以慧觀(1)善戒知如真，(2)從生善戒知如真，(3)此善戒滅無餘、敗壞無餘知如真以慧觀，(4)賢聖弟子如是行者，滅善戒知如真。

(c) 以慧觀(1)不善念知如真，(2)從生不善念知如真，(3)此不善念滅無餘、敗壞無餘知如真以慧觀，(4)賢聖弟子如是行者，滅不善念知如真。

(d) 以慧觀(1)善念知如真，(2)從生善念知如真，(3)此善念滅無餘、敗壞無餘知如真以慧觀，(4)賢聖弟子如是行者，滅善念知如真。^[6]

唯有開法眼，以慧觀知如真，^[7]相應於苦、集、滅、道四諦現觀——對不善戒、善戒，不善念、善念以及此等四「事」之「集」、「滅」、「道」皆能如實知、見——具足正見等八支聖道，才能圓滿善行，成賢、成聖。因此，釋尊最後說出所以然：

所以者何？因正見故生正志，因正志故生正語，因正語故生正業，因正業故生正命，因正命故生正方便，因正方便故生正念，因正念故生正定；賢聖弟子心如是定已，便解脫一切婬、怒、癡。物主！賢聖弟子如是正心解脫已，便知一切生已盡、梵行已立、所作已辦、不更受有知如真。是謂學見跡成就八支，漏盡阿羅訶成就十支。

物主！云何學見跡成就八支？謂學正見……至學正定，是謂學見跡成就八支。

物主！云何漏盡阿羅訶成就十支？謂無學正見……至無學正智，是漏盡阿羅訶成就十支。

物主！若有十支，我施設彼成就善、第一善、無上士、得第一義、質直沙門。^[8]

親近善士，聽聞正法，內正思惟，法隨法行等「四預流支」，成就正信——於佛、

p. 38

法、僧、聖戒不壞淨，見三寶以及無漏戒學之功德，具有聖、出世間八正道之正見。以智導情，開發出離諸漏之正志，再依正見及正志開導一系列次第展轉

而起之聖、出世間正語、正業、正命、正念、正定，具足八支中道行的成分；此時，屬「有學」的「無漏戒學」。須陀洹果以上之學人，次第得四沙門道智、四沙門果智，終於具足「十正行」，[9]完成無學正見、無學正志、無學正語、無學正業、無學正命、無學正念、無學正定、無學正解脫、無學正智。諸漏盡，心解脫、慧解脫的阿羅漢才是佛陀所稱呼的「成就善的人」、「第一善者」、「無上士」、「得第一義者」、「質直沙門」。

二、思是戒

《清淨道論》於解釋「戒」時，引用《無礙解道》：

Kim sīlan ti? (云何為戒耶?) (1)Cetanāsīlam, (思是戒,) (2)cetasikaṃ sīlam, (心所是戒,) (3)samvaro sīlam, (律儀是戒,) (4)avītikkamo sīlam. (不犯是戒也。)[10]

論師根據釋尊之法說開演法義，道出：(1)有意思、有意圖、有目的之行為是戒；(2)通過心所抉擇，合乎戒條之活動是戒；(3)以律則規範，防護不作惡而行善是戒；(4)提醒自己，不犯罪過是戒。

(一)意思是戒

《雜.1039經；A.10,176 Cunda (淳陀)經》：

有人(1)不殺生，離殺生，捨刀杖；慚愧，悲念一切眾生。(2)不偷盜，遠離偷盜；與者取，不與不取，淨心不貪。(3)離於邪淫，若父母護，.....乃至授一花鬘者，悉不強干起於邪淫。(4)離於妄語，審諦實說。(5)遠離兩舌，不傳此向彼，傳彼向此，共相破壞；離者令和，和者隨喜。(6)遠離惡口，不剛強；多人樂其說。(7)離於壞語，諦說、時說、實說、義說、法說、見說。(8)離於貪欲，不於他財、他眾具作己有想，而生貪著。(9)離於闇恚，不作是念：搗打縛殺，為作眾難。(10)正見成就不顛倒見：有施、有說、報有福（有齋），有善惡行果報，有此世，有父母、有眾生生，有世阿羅漢於此世、他世現法自知作證：我生已盡、

p. 39

梵行已立、所作已作，自知不受後有。[11]

如上，引述十善業道 (dasa kusala-kamma-pathā) 經文中，身之三種淨行、語之四種淨行——(1)「不殺生、離殺生 (pāṇātipātāṃ pahāya {捨斷殺生已} pāṇātipātā paṭivirato {從殺生已遠離})，.....(7)〔不壞語、〕離於壞語等。不作惡行之「pahāya (捨斷已)〔ger.〕」、離惡行之「paṭivirata (已遠離)〔pp.〕」，此等動作之遂行，皆經「意思 (cetanā)」審慮、決定之後發動。

意之淨行中，(8)離於貪欲（anabhijjhālu {不起貪伺者} anabhijjhita（已不貪伺者），(9)離於瞋恚（avyāpanna-citto {心不瞋恚者} appaduṭṭha-mana-saṅkappo {無憎惡之思惟者}），(10)正見成就不顛倒見（sammā-ditṭhiko hoti {〔策勵自己〕成為正見者、} aviparītadassano {不顛倒見者}），同前七種淨行，亦經「意思」審慮、決定之後發動；特別是成就正見、成就不顛倒見，為盡己之義務。上述「十善戒」實已具備「止持」之責任，以及「作持」之義務。止惡、行善，是有「意思」的品德良行。

(二)心所是戒

從古及今，印度有宗教徒，以戒禁取見認為：聖河之水可以洗滌罪業 使心清淨。如《中.93 水淨梵志經》中，妙好首梵志[12]向佛陀建議：

梵志語世尊曰：「瞿曇！可詣多水河浴！」世尊問曰：「梵志！若詣多水河浴者，彼得何等？」梵志答曰：「瞿曇！彼多水河者 此是世間齋潔之相、度相、福相。瞿曇！若詣多水河浴者，彼則淨除於一切惡。」爾時，世尊為彼梵志而說頌曰：

妙好首梵志，若入多水河； 是愚常遊戲，不能淨黑業。

好首何往泉？何義多水河？ 人作不善業，清水何所益？

淨者無垢穢，淨者常說戒； 淨者清白業，常得清淨行。

若汝不殺生、常不與不取， 真諦不妄語，常正念正知；

梵志如是學，一切眾生安。 梵志何還家，家泉無所淨；

梵志汝當學 淨洗以善法。 何須弊惡水，但去身體垢。

梵志白佛曰：「我亦作是念， 淨洗以善法，何須弊惡水。」[13]

p. 40

釋尊在《水淨梵志經》中說明：唯有以持戒、修習四無量心等善法，淨洗內心垢穢及惡業；一般之清水乃至傳說中之聖河之水，祇能除去身體表面之污垢而已。在此之前，世尊遙見水淨梵志來；因水淨梵志故，告訴諸比丘：

若有二十一穢汙於心者，必至惡處，生地獄中。

云何二十一穢？（1）邪見心穢、非法欲心穢、惡貪心穢、邪法心穢、貪心穢、恚心穢、睡眠心穢、調（掉）悔心穢、疑惑心穢、瞋纏心

穢、不語結心穢、慳心穢、嫉心穢、欺誑心穢、諛諂心穢、無祖心穢、無愧心穢、慢心穢、大慢心穢、憍傲心穢、(21)放逸心穢。[14]

此等二十一種汙穢心性，導致惡念、惡業，持不善戒、汙戒、破戒等等；於後出論典歸屬不善「心所有法」之中，包括「大不善地法」「大煩惱地法」「小煩惱地法」「不定地地法」。[15]《清淨道論》說：

Cetasikaṃ sīlaṃ nāma (所謂「心所是戒。」) pāṇātipātādhīhi viramantassa virti [-cetasika] . (指殺生等{十惡業行}正在遠離者之離[心所]也。) [16]

生活中提起正念、正知，覺察到邪見心穢等等，了知已便捨斷彼等心穢；尚須充實慈、悲、喜、捨四無量心、四等心。如是，具足慈悲心維持戒行清淨，才能「洗浴內心」，所謂「淨洗以善法」。[17]

(三)律儀是戒

samvara 由 sam-√vr 衍生，本義：正閉，引義：防護，古譯：律儀。「律儀」指以戒律來規範行為。「防護」指防止作十惡，護持行十善。《清淨道論》指出「以五種防護 (pañcavidhena samvaro)」了解律儀之意義：

pātimokkha-samvaro (所謂波羅提木叉律儀、) sati-samvaro (念律儀、) nāṇa-samvaro (智律儀、) khanti-samvaro (忍律儀、) viriya-samvaro ti. (精進律儀也。)

p. 41

[18]

今以北傳經、論來佐證說明：

1.【波羅提木叉律儀】

《雜.925 經》：

賢士夫住於正戒，波羅提木叉律儀，威儀行處具足；見微細罪，能生怖畏，受持學戒；是名丈夫於正法律第一之德。[19]

聖弟子當了知佛陀施設一一戒條之用心，由於戒隨念 (siilanussati)，對無漏戒學具足正見、正志，依一一戒條為律則，防護身、心，甚至眾學法等微細罪亦戒慎恐懼地遵守，不違犯任何戒律。如是，即於日常生活中，修身、修德，培養戒法身。

2.【念律儀/ (六) 根律儀】

《雜.279 經》：

多聞聖弟子眼見色，不取色相，不取隨形好，任其眼根之所趣向，常住律儀，世間貪、愛、惡不善法不漏其心，能生律儀，善護眼根；耳、鼻、舌、身、意根，亦復如是。如是六根善調伏、善關閉、善守護、善執持、善修習，於未來世必受樂報。

俗語：「六根門頭好修行！」於日常生活、宗教修持中，隨時、隨地在動用眼等六官。[\[20\]](#)六官能增上一連串之生理作用、心理作用、身心互動的作用，因此名曰：「六根」；內六根為外六境（六塵）進入內心之門戶，故名曰：「六根門」。[\[21\]](#)六官也是煩惱漏，泄入（身心中毒）、漏出（污染環境）之處；[\[22\]](#)於六內入處意解無我、無我所，亦可作證沙門果。[\[23\]](#)如是，六根防護可以淨化戒行乃至成就五分法身。

3.【智律儀】：

《瑜伽師地論》引義品之偈：

p. 42

世間諸流漏，是漏念能止；我說能防護，由慧故能堰。[\[24\]](#)

明確地說道：般若慧能使外來煩惱不泄入，自己也不會汙染環境；如此，能於生活當中，淨化身心，而不再形成煩惱泄漏。換句話說：沒有般若慧，難得戒行究竟清淨。

4.【忍律儀】：

《中.10 漏盡經》：

云何有漏從忍斷耶？比丘！精進斷惡不善，修善法故，常有起想，專心精勤；身體、皮肉、筋骨、血髓皆令乾竭不捨精進，要得所求，乃捨精進。比丘！復當堪忍飢渴、寒熱、蚊虻蠅蚤虱，風日所逼，惡聲捶杖，亦能忍之。身遇諸病，極為苦痛，至命欲絕，諸不可樂，皆能堪忍。若不忍者，則生煩惱、憂感；忍則不生煩惱、憂感，是謂有漏從忍斷也。[\[25\]](#)

多生業習，有些煩惱漏單靠理智明了、情感愛好，無有堅強意志力的忍耐，無法排除漏習。因此，經中說明有些煩惱漏是由忍功夫所捨斷，若不忍者，則生煩惱、憂感；忍則不生煩惱、憂感。

5.【勤律儀】：

《雜.877 經》：

云何律儀斷（samvara-ppadhāna {律儀勤}）？未起惡不善法不起，生欲、方便、精勤、攝受，是名律儀斷。[26]

以「四正勤」之要領，使現行之惡業立即停止，使惡因潛勢力不動；使現行之善業繼續不斷，使善因潛勢力發動，結成果實。這需要「正方便」——種種有效、有用的方法，發勤策勵，精進不放逸——才能達成終極目標。

五種律儀，缺一不可；猶如材質與形體完美均衡、中心軸安定的陀螺，施上旋轉力，倘若無阻力存在，即可以定點轉動不停。如是，以念律儀為螺頂，依「正念、正知」維持人性——知、情、意的平衡發展，並開發念根、念力。以智律儀為螺體正三分之一成分，依「正見、正志（正思惟）」開發慧根、慧力。以波羅提木叉律儀為螺體正三分之一成分，依「正語、正業、正命」於日常生活中加強信根、信力。以忍律儀為螺體正三分之一成分，依「正定」於宗教生活中加強定根、定力。勤律儀為螺心，

p. 43

依「正方便（正精進）」改善、充實「五根」「五力」「七覺支」「八支聖道」乃至三十七菩提分法的修習，完滿三無漏學。

(四) (思已) 不犯是戒

《增一.16 品第 9 經》：

梵志問曰：「云何名之為戒？」阿那律曰：「不作眾惡，不犯非法。」[27]

所謂：「不作眾惡，不犯非法。」並不是說沒有諸惡行、沒有非法行、沒有邪行而已；指本來會造作、違犯之眾惡、非法，由五種律儀而今使之不作、不犯。

《長.22 種德經》：

種德婆羅門白佛言：「云何為戒？」佛言：「……具足戒律，捨殺不殺，……乃至心法四禪現得歡樂。所以者何？斯由精勤，專念不忘，樂獨閑居之所得也。婆羅門！是為具戒。」[28]

《種德經》指出：由於日常生活中以戒修身，具足戒清淨；於宗教生活中以止觀修心，三三昧、四禪那具足住；如是精勤，具念不忘，貫徹於生活中，謂之「具戒」。[29]相當於發展中佛教所謂：「三聚淨戒」——攝律儀戒、攝善法戒、攝眾生戒。

三、八心持戒

戒是思、戒是心所、戒是防護、戒是思後不犯，都跟內心有關係。必須有持戒的見解、持戒使心情愉悅、貫徹持戒的意志力，都在自己的心所中發生。釋尊《五支物主經》開示「戒從心生」，除此之外，早期經藏裏面，記錄了種種不同的心態、動機而使人發心持戒。如下：

(一)怖苦心

例如《中.203 晡利多經》所說：

多聞聖弟子作是思惟——殺者必受惡報，現世及後世，若我殺者，便當自害，亦誣謗他；天及諸智梵行者道說我戒，諸方悉當聞我惡名；身壞命終，必至惡處，

p. 44

生地獄中。如是殺者受此惡報，現世及後世；我今寧可依離殺、斷殺耶！——便依離殺、斷殺；如是，多聞聖弟子依離殺、斷殺也。.....[30]

故意造作殺生等惡業者，必受此惡報，現世受報，或者是後世受。我害怕承受惡報，因此，現在寧可遠離殺生、捨斷殺生而維持不殺生之善行。一般人不只佛教徒，都有這樣的心態。有些凡夫，內心尚存造作殺生等惡業的動機，可是也擔心造惡業必受苦報；為了回避承受苦果，而發心嚴格守持不殺生等十戒。

(二)畏罪心

所謂「罪」或「過失」，指非善的行為，如《中.214 鞞訶提（衣）經》所說：

拘薩羅王波斯匿問曰：「阿難！云何不善身行耶？」尊者阿難答曰：「大王！謂身行有罪。」[31]

「畏罪心」就是害怕種下惡因，成為有罪的身份；不只擔心難熬苦刑，而不敢做壞事。有些人就是這樣，恐懼身行有罪、有過，而持戒不犯。

如《雜.637 經》要求弟子：

出家已，住於靜處；攝受波羅提木叉律儀，〔威儀、〕行處具足，於細微罪生大怖畏，受持學戒；離殺、斷殺，不樂殺生，.....乃至一切業跡如前說。[32]

釋尊所說「六隨念」中，「戒隨念」要求根據戒條，戒慎恐懼地持戒清淨；甚至，面對「眾學法」等戒條，也要提起憂患意識不要違反，不犯微細罪。倘若

你認為小小戒，芝麻小過一椿，無所畏。有一次，難免有第二次……乃至十次重犯微細罪也無所畏。逐漸地犯上「提舍尼」輕罪……犯「波逸提」中罪……犯「僧殘法」重罪亦無所畏，乃至造作「波羅夷」極重罪，無所畏亦成為慣性而不自知，終於喪失僧命無餘。

我們要持戒清淨，連眾學法的微細罪，也要戒慎恐懼，小心面對它。所謂「微細罪」「小小戒」大部分是要提升出家二眾之威儀，使在家二眾尊敬僧寶，就行、住、坐、臥四威儀規範，要求大家遵守。依戒律，不是故意而犯眾學法，根本沒有罪責，只要自己內心提醒 不要重犯即可。故意犯眾學法，也只要自己向任一人表白，懺悔一番就可以復歸清淨了。但是，不要因為「眾學法」無罪責，或者懺悔一下就可以淨化的；所以犯了再犯，

p. 45

犯了再懺悔，懺悔後再犯都無所畏，需要心存「畏罪心」。

(三)求福心

各種宗教徒都想過好日子，心存求福。有些人持戒，實際上是為了求福。如某些宗派，嚴格要求教徒「吃素」；徒眾入教之初，內心實際上很想吃肉、食葷，但是不敢吃一口。為什麼？一旦吃了，天庭上名單會拆下來，來生不能上天去。所以為了求福、上天享福，他不得不持素，持不殺生戒。所以「求福」也可以說是大部份的宗教要求他們的信徒，嚴守淨戒，目的是要換取生天的身份的證明。也可說一般的宗教只是為求福在持戒，也擔心墮落到煉獄受苦；怖苦、求福，這兩種心態是 古今一般宗教教徒，特別是初學者具備的心態。

異學外道以特殊的宗教儀式求神明賜福，如《雜.1040 經》所示：

時，有異婆羅門於十五日，洗頭已，受齋法，被新長鬘白毳，手執生草，來詣佛所；與世尊面相問訊慰勞已，退坐一面。爾時，佛告婆羅門：「汝洗頭、被新長鬘白毳，是誰家法？」婆羅門白佛：「瞿曇！是學捨法。」佛告婆羅門：「云何婆羅門捨法？」婆羅門白佛言：「瞿曇！如是十五日，洗頭受持法齋，著新淨長鬘白毳，手執生草，隨力所能 布施作福。瞿曇！是名婆羅門修行捨行。」佛告婆羅門：「賢聖法、律所行捨行異於此也。」[33]

佛世婆羅門徒，如上述：有某一位婆羅門，在陰曆的十五日，洗頭、洗澡，為了受持齋法，要穿著新衣。割了一些生草鋪設在地面，在草座上 向天神朝拜，祈求他們的神明「捨法 (paccorahaṇi)」。所謂「捨法」指 捨福、降福的宗教儀式，求神明的手放開，把手中掌握的福，放下來給信徒接到。所以施行「捨法」實際上就是求福；是人們請求神明「捨福」。婆羅門徒進行「捨法」之齋戒沐浴，並不能得福；其實所以得福，是「隨能力布施，在齋戒的日子要布施，甚至一切時日能布施作福。這才是婆羅門徒求得福報的正確方法。換話說，婆羅門徒求福的方法，後半段是正確的，前半的宗教行為能求得福報是有

待商榷的。以佛法說，不是拜神明、求神明，我們才得到福報；是我們行善布施，結善緣自然就會有福報回應。佛陀不認同婆羅門的作法，最後說：「賢聖法、律所行捨行異於此也。」婆羅門於是請教佛陀：

婆羅門白佛：「瞿曇！云何為賢聖法、律所行捨行？」

佛告婆羅門：「謂離殺生，不樂殺生，如前『清淨分廣說』。依於不殺，捨離殺生，

p. 46

……」[34]

所謂「賢聖法律所行的捨行」指佛教所實行的得福、增福的方法。是跟婆羅門教「婆羅門修行捨行」不同。佛陀所教導的「賢聖法律所行的捨行」，即實踐「十善業道」——「(1)不殺生、離殺生……(2)不偷盜、遠離偷盜……(3)離於邪淫……(4)離於妄語……(5)遠離兩舌……(6)遠離惡口……(7)離於壞（綺）語……(8)離於貪欲……(9)離於瞋恚……(10)正見成就不顛倒見……」。修習十善業道，從內心開發不貪、不瞋、不癡的能力，影響到身體不殺、盜、淫，言語不妄語、兩舌、惡口、綺語等等。用這樣十善業道來改善人格，精進人際關係。不只是內心沒有貪、瞋、癡而已，心中具有不貪、不瞋，以及慈愛、忍辱，所以會關心他人，照顧別人，施財、施法、施無畏與人。這些善行，法爾如是，會帶來福報。所以福報不是用求的，是用造福田而獲得。

持戒也是造福田，不只是布施纔能造福田。因為我們都把戒行太狹隘化，一切善行都是戒行；所以布施也是戒行，忍辱也是戒行；都可以改善人生，增進福慧。

(四)兩利心

但為個人自己怖苦、畏罪、求福而持戒，如此心態並不高尚，高明者曉得持戒是為利益別人，也得到己利，雙方都得到利益，所以必須要持戒。如《雜.619經》所示：

爾時，世尊告諸比丘：「過去世時有緣幢伎師，肩上豎幢，語弟子言：『汝等於幢上，下向護我，我亦護汝；迭相護持，遊行嬉戲，多得財利。』」

時，伎弟子語伎師言：『不如所言；但當各各自愛護，遊行嬉戲，多得財利，身得無為安隱而下。』伎師答言：『如汝所言，各自愛護。』

（佛曰：）然其此義亦如我說：『己自護時即是護他，他自護時亦是護己。心自親近修習隨護作證，是名自護護他。

云何護他自護？不恐怖他、不違他、不害他，慈心哀彼，是名護他自護。

是故，比丘當如是學：自護者修四念處，護他者亦修四念處！』」[35]

這裏提到的，不恐怖他、不違他、不害他、慈心哀彼，是名護他自護。修四念處也是護他自護，

p. 47

自護護他，而修四念處的先決條件就是要持戒。[36] 這樣看來，能持戒又修習四念處，才能達到兩利。所以我們為了兩利，不只是為自己，也為一切有情都得到利益，不得不持戒，而不是為了得福。持戒修身為基礎，進一步以四念處為首，操作七覺支來修心、修慧，隨緣修福慧；善護己、善待人，不但利己、不但利人，終歸自他俱利。眾善奉行，善業善報，因果森嚴。

(五)慚愧心

「慚愧心」與下述「慈悲心」是良心的連動。

(六)慈悲心

五戒、十善業道皆以「護生」為本，其人無良知、良心，即不能持戒護生。「無良知」則不能分別善、惡，「無良心」則不存慚愧與慈悲。內心「無慚、無愧」則失掉改過遷善的動機。[37] 心裏「無慈、不悲」則於眾生受苦或求樂麻木不仁，根本不護生——拔苦、與樂。所以釋尊在《中.187 說智經》不殺生戒——護生第一戒，開章明義而作如是說：

諸賢！我離殺，斷殺，棄捨刀杖，有慚有愧，有慈悲心，饒益一切乃至蝼蟲；我於殺生淨除其心。……[38]

對一切眾生，乃至小至螻蟻，有慚愧心、有慈悲心，纔能實質的持戒、護生而不犯戒。《別雜.131 經》將慈、悲、喜、捨四等心與五戒之殺、盜、婬、妄對談，表示無慈、悲、喜、捨之心，不能維持不犯性戒。[39]

(七)恕心

良知與良心互動之下產生同理心（empathy），相當於儒家仁恕之心，能與人角色互換，

動用情感與理智來對待他人。與眾生相處時，行為之正確、得當與否，有時很難判斷；此時，應用釋尊教導的「自通之法」，則很容易地抉擇正確、正當的行為，善巧地待人、處事、接物。如《雜.1044 經》所示：

爾時，世尊告婆羅門長者：「我當為說自通之法。諦聽！善思！何等自通之法？」

謂聖弟子作如是學：(1)我作是念——若有欲殺我者，我所不喜；我若所不喜，他亦如是，云何殺彼？作是覺已，受不殺生，不樂殺生。(2)如上說……我若不喜人盜於我，他亦不喜我，云何盜他？是故，持不盜戒，不樂於盜。(3)如上說……我既不喜人侵我妻，他亦不喜，我今云何侵人妻婦？是故，受持不他姪戒。(4)如上說……我尚不喜為人所欺，他亦如是，云何欺他？是故受持不妄語戒。(5)如上說……我尚不喜他人離（間）我親友，他亦如是，我今云何離（間）他親友？是故，不行兩舌。(6)……我尚不喜人加袋言，他亦如是，云何於他而起罵辱？是故，於他不行惡口。(7)如上說……我尚不喜人作綺語，他亦如是，云何於他而作綺語？是故，於他不行綺飾（語）。」[40]

所謂「自通之法」相當於「attüpanāika dhamma pariyāya（涉己法門）」〈S〉v. 353-15 之意譯。句義分解如是：atta（自己）upa-（接近）vñī（引導）dhamma（正法）pariyāya（理趣）。合起來說即是：順情合理地引導自己抉擇正確、正當的方法對待他人，所依據的是——發揚同情心、同理心，仁心、恕心，設身處地，將（己）心比（他）心。你認為他人這樣對待你是好、是不好，把自己的身份跟對方替換一下，想一想，自然就會理解如此行為可行、如此行為不可行，這些該做、這些不應做。「自通」我們可說「推己及人」，「自通」也可以說是「推人及己」。可是，先「推人及己」——他人如是待己，我可接受、我喜歡、我會快樂；然後，「推己及人」——我即以如是事待他，使之能接受、使人喜歡、使人高興。反之，你不想怎麼樣被人加害，你就不該加害於人；你想得到別人如何照顧，你就要如是照顧別人。這是現在流行 EQ，強調訓練，不只是同情心而已，還要有同理心。

(八)菩提心

中、外，古、今，宗教徒、非教徒，人們悉皆強調要有善根、有信根，能解脫有情的惑、業、苦。佛法所說「究竟的善」是「涅槃」，「正信」是「於（涅槃）法不壞淨」，

「究竟解脫」是「自作證無餘取涅槃」；以上，不開法眼，不清淨聖慧眼，心無「三菩提（sambodhi 正覺）」是無法達成。「一行道」分兩階段，由「四預流支」通過「世、俗八正道」之修習，開法眼具足正信，從此有「菩提心

（聖、出世正見）」「出離心（聖、出世正志）」，實踐「聖、出世間八支道」，作證「三菩提」、「究竟涅槃」。未見道之前，內凡之位，切實嚴持禁戒，維持良好的品行；「見道」之後，成為賢聖，纔有無漏戒學之修習，能逐漸充實「戒法身」。《長.22 種德經》所說，即屬菩提心、出離心推動的「無漏戒學」與「無漏慧學」。

佛言：「善哉！善哉！如汝（種德婆羅門）所說：有戒則有慧，有慧則有戒；戒能淨慧，慧能淨戒。種德！如人洗手，左右相須，左能淨右，右能淨左。此亦如是，有慧則有戒，有戒則有慧；戒能淨慧，慧能淨戒。婆羅門！戒慧具者，我說名比丘。」[41]

先前「七心」[42]具足之下，開發「菩提心」，以正覺之心為眼目，次第學習「三無漏學」[43]完滿「聖、出世間八支道」——此道名清淨道、解脫道、菩提道乃至佛道。[44]

有幸能拜讀 聖嚴法師成名之作《戒律學綱要》，[45]受到啟發，注意到早期佛法「經藏」中有關戒學之教授、教誡，些許心得行文呈獻，以為祝壽！尚祈 師父斧政！

Sīla Originates in the Mind

Yang Yuwen

Associate Researcher, Chung-Hwa Institute of Buddhist Studies

Summary

Sīla or sīlana is moral discipline, which is conducive to both the well-being of oneself and others. Most importantly, it is the root of good intentions, which in turn produces an excellent result. Whether possesses good or evil sīla, transgresses or breaks sīla, or defiles or purifies sīla follows investigation and is determined by volition in the belongings of mind, which is done with clear consciousness. A collection of commentaries mentions “What is sīla”? The Paṭisambhidā provides the answer: “Volition is sīla. Consciousness-concomitant is sīla. Restrain is sīla. Nontransgression is sīla”. In the Pañcakaṅga thapati sūtra of the Madhyama Āgama, Lord Śākya taught “What is the source of the excellent sīla? I will explain their origin. They should be known that the origin is in the mind.”

Four collections of Āgama explain that there are many states of mind, which produce and maintain sīla. These states arise from:

1. Fear of suffering.
2. Fear of the consequences of transgression.
3. Wishing for a state of well-being.
4. Wishing to benefit oneself and others.
5. Feeling of shame.
6. A compassionate mind.
7. A self-reflection mind.
8. An enlightened mind.

The Āgama requires four kinds of sīla: to transform body and mind

p. 51

through correct mindfulness and correct awareness, to make each aspect of the mind—intellect, emotion, and will—flexible so that one’s personality can improve, to be endowed with the purity of sīla, and to realize the dhammakāya of sīla.

Keywords: 1. sīla 2. cetanā 3. cetasika 4. saṁvara 5. attūpanāika 6. Pañcakaṅga thapati sūtra

- [1] 參閱《中.179 五支物主經》，《大正》1,720b-7f.
- [2] 見《大正》1,720c3f.
- [3] 參閱《大正》1,720c-10f.
- [4] 見《大正》1,721a2f.
- [5] 參閱《中.98 念處經》，《大正》1,584b3f.
- [6] 見《大正》1,721b-9f.
- [7] 參考「……如是平等慧如實觀」，《大正》2,5a-4 相當於“……*evam etaṃ yathābhūtaṃ sammā-ppaññāya passati*（……如是，如實地以正慧觀它。）”〈S〉iii. 1367f. 之意譯。
- [8] 見《大正》1,721c4f.
- [9] 參閱《長.11 十上經》，《大正》1,57a-11f.
- [10] 見〈Pts〉i. 44-5.
- [11] 見《大正》2,271c-8f.
- [12] 參閱《M.7》作：「*Sundarikabhāradvāja*」〈M〉i. 3911.
- [13] 見《大正》1,575a-7f.
- [14] 見《大正》1,575a-5f.
- [15] 參閱《阿毘達磨俱舍論 卷四》，《大正》29,20af.
- [16] 參閱〈VM〉73f. 又，水野弘元譯註：《清淨道論 一》p.15 注：「離（*virati*）：所謂離之心所者，指正語、正業、正命。然而，在此場合包含相應於此等（正行）之其他諸心所。」
- [17] 參閱《大正》1,575c，576a.
- [18] 見〈VM〉711f.
- [19] 見《大正》2,235c7f.
- [20] 參閱《雜.279 經》，《大正》2,76b.
- [21] 參閱《雜.225 經》，《大正》2,64a.

- [22] 參閱《雜.636 經》，《大正》2,176b.
- [23] 參閱《雜.276 經》，《大正》2,74b.
- [24] 見《大正》30,386b-11f. 參閱《經集》v. 1035 〈Sn〉 1985f.
- [25] 見大正》1,432c5f.
- [26] 見《大正》2,221a-4f.
- [27] 見《大正》2,581a-13f.
- [28] 見《大正》1,96b-9f.
- [29] 參閱《大正》1,96b.
- [30] 見《大正》1,773b7f. 參閱相當經《M.54 Potaliya sutta》。
- [31] 見《大正》1,798a-4f.
- [32] 見《大正》2,176b-8f.
- [33] 見《大正》2,272a11f.
- [34] 「清淨分廣說」，指 本篇論文（頁 38）「二、(一)意思是戒」所引用《雜.1039 經》經文。
- [35] 見《大正》2,173b6f.
- [36] 《雜.624 經》：「佛告訕低迦：『汝當先淨其戒，直其見，具足三業，然後修四念處。』」《大正》2,175a5f.
- [37] 《長.2 遊行經》：「知慚，恥於己闕；知愧，羞為惡行。」《大正》1,11c15f. 「闕」指 欠缺善心、善行。
- [38] 見《大正》1,733a-3f. 參閱《M.112 Chabbisodhana sutta》：「lajjī (((是一位))羞恥、) dayāpanno (實踐憐愍、) sabba-pāṇabhūta-hitānukampī vihāsim. (利益、同情一切生物的人而過日。)」〈M〉 iii. 33-14f.
- [39] 《別雜.131 經》：「夫行慈者所得功德 如大地土，殺生之罪 如爪上土；悲之功德 如大地土，偷盜之罪 如爪上土；喜之功德如大地土，邪淫之罪 如爪上土；捨之功德如大地土，妄語之罪 如爪上土。」《大正》2,425c1f.
- [40] 見《大正》2,27313f.
- [41] 見《大正》1,96b-14f.

[42] 指 怖苦心、畏罪心、求福心、兩利心、慚愧心、慈悲心、恕心等七心。

[43] 指 無漏戒學、無漏心學、無漏慧學。

[44] 參閱拙著：《阿含要略》「從釋尊傳來 超凡成聖的一乘道（ekâyana-magga）」（臺北：東初出版社 民國 88 年 修訂版第二刷）p.21.

[45] 法鼓文化出版社 智慧海系列 110004.