

《奉持八关斋戒》

苏达.法拉.布达哥斯阿阇黎(那那瓦拉 上座) 编著
比丘 康塔斯罗 泰译英

第一版：1992 年 8 月 12 日

第二版：1993 年 10 月 3 日

由僧王秘书办公室出版

自由出版社出品 电话：222-1928，225-0401

泰国 H.N.集团有限公司印刷 电话：424-6944，433-3653

简介

当我仍然有嘛哈(Maha)之(中文译者注)资格时，编写了《奉持八关斋戒》一书。那时的原稿有一些错误，但是现在这些错误得到了纠正。本课文将用在泰国僧侣初级考试(Nak Dhamm Tri) (原注) 中，对居士则是考在家戒律。从佛历 2472 年(即 1929 年)(中文译者注)开始，将每年举行这些考试。

(依尊者 苏达.法拉.僧伽拉曹 嘱作此文)

苏达.法拉.布达哥斯阿阇黎 (那那瓦拉 上座)

于 特斯林塔拉瓦斯寺 佛历 2472 年 9 月 2 日(1929 年)

译者序

我希望《八关斋戒经》译本及解释将饶益意欲实践佛法的通晓英语的佛教徒。

原泰文由特斯林塔拉瓦斯寺的大德 苏达.法拉.布达哥斯阿阇黎在佛历 2472 年(1929 年)编辑完成。由于大德对经文深刻而全面的理解，本书迄今证实是真实有用的。

此文包含很多巴利文术语，其中一些很难精确翻译。比如，一些涉及戒律的巴利文术语现今还在使用，但其真正的意思已经不复存在或变化了。

此文翻译将在佛历 2535 年 8 月 12 日(1992 年) 及时完成。愿吉祥！谨此纪念女王陛下 斯里基特的六十周岁寿庆。

愿女王陛下 斯里基特由《奉持八关斋戒》的付印而获得功德利乐。

愿她在三宝的加被下，在未来，成就长寿、美貌、快乐和威势四法。

比丘 康塔斯罗

于 波伏拉尼维斯.维哈拉 寺

佛历 2535 年 7 月 17 日(1992 年)

第二版序

以往的十年，佛教在西方的传播中，电脑扮演了一个很重要的角色。新的计算机程序给法物的出版带来了越来越多的便利，促进了表达专业巴利文术语所必需的，但难以复制的字母符号的印刷。

英语有着同样大的影响，一些巴利文词源正逐渐并入英语中。有些时候，在运用英语向读者表述这些术语时，作者和译者会碰到困难，遇到分歧。

此文的翻译首先纪念女王陛下 斯里基特的在佛历 2535 年 8 月 12 日(1992 年)举行的六十周岁寿庆。

现在第二版修订版已经准备就绪。将纪念尊者 苏达.法拉.尼拉那桑瓦拉大师在佛历 2536 年 10 月 3 日(1993 年)的八十岁诞辰时吉祥付印。尊敬的尼罗多提出了有益的建议和修正，使本文得以再版，我同时向他表示衷心的感谢。

比丘 康塔斯罗
于 波伏拉尼维斯.维哈拉 寺
佛历 2536 年 9 月(1993 年)

内容

前言

译者序

译者第二版序

《八关斋经》

答疑

词汇表

八关斋戒经

如是我闻，一时佛在舍卫国，祇树给孤独园。

尔时世尊召众比丘聚，告曰：“比丘谛听！”

众比丘一同应言：“世尊！”(众比丘于是恭敬肃穆，愿乐欲闻。)于是世尊宣说如下八关斋戒教授。

“诸比丘！八关斋戒包含八条阿罗汉乘行者应遵守之戒条，能得殊胜果报及无量功德。

“诸比丘！何为阿罗汉乘行者应遵守之八关斋戒，能得殊胜果报利益？”

1 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘诸阿罗汉，尽形寿，无有杀意。不加刀杀。无怨恨心常怀惭愧。有慈心悯一切众生。’”

“汝等不杀生，弃舍一切杀器，无怨恨心常怀惭愧，有慈心悯一切众生。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第一条。”

2 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘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。彼等不偷盗，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。汝等即是不偷盗，行为无有瑕疵。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第二条。”

3 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘诸阿罗汉，尽形寿，不做不净行。彼等所作如清净梵行。彼等远离世俗之淫欲。’”

“汝等不做不净行，持清净梵行，行作远离淫欲。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第三条。”

4 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘诸阿罗汉，尽形寿，不妄语。彼等唯真实语，思念真实。彼等所言坚实有理。彼等所言不离真理。’”

“汝等不妄语。汝等唯真实语，思念真实。汝等所言坚实有理。汝等所言不离真理。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第四条。”

5 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘诸阿罗汉，尽形寿，不饮用诸酒，及一切乱性失智之麻醉品。彼等远离一切麻醉品。’”

“汝等不饮用诸酒，及一切乱性失智之麻醉品。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第五条。”

6 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘诸阿罗汉，尽形寿，日中一食，不于夜晚进食。彼等非时食。’”

“汝等日中一食(中文译者注)，不于夜晚进食。不非时食。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第六条。”

7 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘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，而自清净身心。不著纹饰、花鬘，不香熏涂身。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第七条。”

8 “诸比丘！阿罗汉乘行者作是念：

‘诸阿罗汉尽形寿，不卧高广大床。卑床草席，思念经道。’”

“汝等不卧高广大床。卑床草席，思念经道。如是尽一日一夜受持，汝等即如阿罗汉之清净，守持了八关斋戒第八条。”

“诸比丘，八关斋戒如上八条，阿罗汉乘行者之所奉持，果报殊胜，功德无量。”

佛说此经已，诸比丘皆大欢喜，信受奉行。

八关斋戒答疑

1 问：单词八关斋戒(Uposatha)的词意？

1 答：意为奉持(斋戒)日。

2 问：请简述何为八关斋戒？

2 答：(1)不杀生

(2)不偷盗

(3)不淫秽

(4)不妄语

(5)不受用乱性失智的麻醉品

(6)过午不食（正午过后至第二天破晓不食）

(7)不歌舞观听，不著纹饰，不香熏涂身

(8)不坐卧高广大床或座

3 问：此经是否与居士们在每个闻法日(中文译者注)下午念诵的观想文(中文译者注)意义相似？

3 答：是。

4 问：读诵此经，解悟其意，凝神专注，将获奢摩他心定和无量功德利乐。如此修行，行者或许会从业障中获得刹那的解脱。从戒律上讲，这可认为是持守戒律吗？

4 答：是。

5 问：简述八关斋戒的破戒途径。

5 答：总括两类：言和行。即自作破戒和以言语教他人破戒。

八戒之中，自作破戒行破任何一戒，则八关斋戒为行所破。对于杀盗二戒，有杀盗心，以言语教人破戒和做破戒行，则戒为言所破。其余六条戒，仅以言语教他做，教人做者则不破戒(中文译者注)。行持谨慎，持戒精严，称为善人。智者说奉持斋戒(梵文尸罗)，可令身语清净，言行无垢。

6 问：犯八关斋戒有何过患？请详解释。

6 答：过患有两类，一者名罗卡瓦加(Lokavajja)，即世间罪(原注)，此者在家人所应避免犯之。二者名盘那提瓦加(Pannativajja)。

不管世人是否奉持八关斋戒，如犯前五戒(中文译者注)，即名罗卡瓦加(Lokavajja)。此将丧失人格，为世间所谴。如破后三条戒，即名盘那提瓦加(Pannativajja)。破后三条戒时，必为有心作意破戒。如无破戒心，则无罪业果报。

7 问：破八关斋戒会带来何种恶报？分别是什么？

7 答：有两种情况：1、能招恶报。2、不会招恶报。破前五条戒中的任一条将给破戒者带来恶果报。就是说，破戒的恶业果报将跟随行者，招致如短寿等的报应。如破五戒后的三条戒，则没有恶报。(中文译者注)

8 问：在第一条不杀戒中，“弃舍一切杀器”寓意为何？

8 答：简而言之，是不杀生害命，不做杀者。如人持杀器(武器)杀生，若弃舍杀生器，则不成杀。依此经，杀器含两类：钝和锐。若为钝器，则归棍杖门类；若为锐器，则归刀剑门类。杀器范围很广，但简归两类：钝和锐。

9 问：第五条戒中，有不沾染麻醉品(酒和发酵品)，有多少种麻醉品？分别是什么？

9 答：有十类：酒和发酵品各占五类。

酒：

1. 面粉所做，
2. 糖果所做，
3. 谷米所做，
4. 酵母所做，
5. 混合成分所做。

发酵品：

1. 果物所做，
2. 蜂蜜所做，
3. 甘蔗所做，
4. 混合成分所做。

10 问：第五戒中，未提及鸦片及大麻等所作之药。如果遵守八关斋戒或恒持五戒，但瘾溺于以上物品，是否犯戒？

10 答：使用鸦片及大麻破戒。白兰地，香槟和其它酒精(即使未特别指出)已含摄在酒和发酵品中；如小剂量医用，不致上瘾失意，不破此戒。

11 问：第六戒中，提及日中一食。超过一次违犯吗？

11 答：回答这个问题前，首先必须清楚“饮食时间”这个概念。饮食总共有两段时间：
(1) 食时(日中之前)。(2) 非食时(日中之后)。

从破晓到当日日中(日影正中)为食时； 从日中到黄昏为非食时。

在第一段时间(即日中之前,食时),可以按需多次饮食。 黄昏至第二天破晓期间称为夜间,这段时间不进食。这也是此节所说不在夜晚进食的原因。

12 问: 第六戒条所述行者不应非时食。何为食时? 何为非食时?

12 答: 从破晓至日中称食时(正时)或佛及阿罗汉乘圣者吃饭的时间,从日中到第二天破晓称非食时或非正时。

13 问: 第七戒条中提到不歌舞戏乐。若教他做,以求观听,是否不如法?

13 答: 不如法。

14 问: 如上情形,第三至第八戒条,只有自作才破斋戒。若仅以言语教他做,并不破戒。对吗?

14 答: 如果 A 叫 B 歌舞戏乐,你不应往观听。此种情况你不破戒。但若往观听,虽然没有叫他作(歌舞戏乐),即破戒。即使叫他人观听(歌舞戏乐),叫者亦不破斋戒。(中文译者注)

15 问: 八关斋戒经中提到观(歌舞戏乐)。此情形中听歌赏乐是否有违八关斋戒?

15 答: 听歌赏乐有违八关斋戒。在论的作者,观(歌舞戏乐)中包含听(歌舞戏乐)的内容。

16 问: 论中如何解释观(歌舞戏乐)是包括听(歌舞戏乐)的?

16 答: 根据论,设法过往观(歌舞戏乐)即为破戒。若于自处行住坐卧,没有设法过往观听(歌舞戏乐),而歌舞戏乐自远而来或经过远去,对于斋戒虽不清净,但并不破戒。但无论如何,不观听到(歌舞戏乐)则最好。自唱或听人唱歌,破戒。除非是佛法歌曲,能升起信心,或引发对人生痛苦的厌离心。例如高僧听受女奴唱生活困苦的歌。高僧听到此歌,观察痛苦烦恼的根源,而成就道业。这类歌曲听而无害。

17 问: 若为祛病,不为自己美容而使用化妆粉,是否犯第七条戒(不香熏涂身)?

17 答: 不犯戒。该戒的要点是要避免用化妆品美容美体。但(使用化妆粉)作医用是可以的。

18 问: 第八条戒不允许使用高广大床。此处所指仍然不清楚。甚至奉持八关斋戒的行者可能自己也不能彻底理解其含义。广大床是指什么,判定不允许使用广大床的度量方法是什么?

18 答: 由木板,藤条或布制成的床和凳可能有许多弯的或直的腿。从底部测量,床不应超过 8 苏嘎他寸(大约是现在的 20 英寸,20 英寸等于 50.8 厘米)高。超过这个高度的床则是不允许(坐卧)的。对于方凳,即使凳腿高度超过 8 苏嘎他寸一点,仍然允许(坐卧)。如果床的四周有木板,即使略微超过规定的尺寸,仍然允许(坐卧)。床或凳的腿比允许的尺寸长,但床或凳被适当固定,则仍是允许(坐卧)的。如果床没有床头板,若在床腿下面垫放置木头,抬高不应超过 8 苏嘎他寸。高的床座有可能引起我慢和兴奋。因此,不坐卧高的座位或床,其实是为避免有可能引起性欲冲动。

19 问: 床和凳的特征是什么?

19 答: 床是长的,用来倚靠的。凳是圆或四方的,用来坐的。

20 问: 床太大则不能使用,在尺寸上有何要求,即多少臂宽或前臂长度?

20 答: 床并非用这种方式测量。术语“大”在这儿指不应使用(在床上)的覆盖物和装饰品。

论的作者列了十九条:

2. 用猛兽如虎,鳄鱼等形象装饰的座位。
3. 带长毛的皮(毛长超过四英寸)。
4. 毛线铺盖,由精致刺绣而成。

5. 毛线铺盖，上带精致的图案。
6. 毛线铺盖，带有花的图案。
7. 毛线铺盖，上带精致的各种动物图画。
8. 毛线铺盖，正反两面带毛发。
9. 毛线铺盖，正反两面其中一面带毛发。
10. 虎皮铺盖。
10. 红色的盖饰。
11. 大象座垫。
12. 马座垫。
13. 马车座垫。
14. 用黄金和丝绸编制，黄金修饰的铺盖。
15. 用丝绸编制，黄金修饰的铺盖。
16. 足够 16 人在上面跳舞的毛线铺盖。
17. 由麝猫皮制成的铺盖。
18. 两端带有红色垫子的床。
19. 完全由木棉填充的床垫。

在这儿另外一种对于术语“大”或“广”的解释是指床大到足够两个或更多人使用。奉行八关斋戒的行者不坐卧这种夫妇用的双人床。

21 问：什么床垫(填充料)是允许的？

21 答：

3. 用羊毛，羽毛，两足或四足动物身上的软毛(人的毛发除外)作填充的床垫。
4. 用布，织物作填充的床垫。
5. 用树皮作填充的床垫。
6. 用草作填充的床垫。

7. 用叶子(婆罗洲樟脑树叶除外)作填充的床垫。如果婆罗洲樟脑树叶与其它树的叶子混合使用则是允许的。

上面列出的床垫由佛陀允许可以使用。

22 问：根据经文，卧高广大床是不允许的。此戒中是否允许坐高广大床？

22 答：即使经文中仅提到卧(高广大床)，论的作者同样也包括了坐(高广大床)。类似第七条戒，论的作者禁止了观歌舞等，同样也包括禁止听歌赏乐。在床座上站立或行走则不被禁止。

23 问：如果不了解在此阐述的持戒的细微处，行者是否仍有可能戒除经文中不允许的行为，且把戒持好？

23 答：这就象要兑换钱的人，不知道真假钞票的差别。这种人有可能留下假钞，扔掉真钞。无论如何，别人将不敢相信这人持的是真钞。或者说譬如金匠的工具。如果他不清楚锤子，锉刀和别的工具的数量和尺寸，那么当这些东西遗失，被盗，或被差的器具替换掉了时，他将如何知道？待他发现时，大多数好的工具就没有了。如果金匠用了差的工具，那么他做出的产品也是差的。持八关斋戒亦复如是。

24 问：如果能进寺庙，则应从比丘前受戒。如果不能去寺庙，那么应从谁处求受八关斋戒？

24 答：应请一位比丘。但根据释文，如果在八关斋戒日的早晨，行者应从一位比丘或比丘尼处求受戒。如果不能做到，那么行者应该从一位精通十戒的男女居士处求受八关斋戒。如果绝对找不到上述的人，则行者可(在佛前)自己受戒。受戒时，行者应同时念诵戒条，发愿持戒。受戒可以通过以下两种的方式中的任一种完成。

25 问：受戒有哪两个方式？

25 答：它们是：逐条受戒和一次受戒。

逐条受戒是从“我愿受持不杀生戒，乃至不教人杀。”开始，至“我愿受持不坐卧高广大床或座，不使用做工精致的床盖。”结束。

一次受戒是不逐条念诵受戒，仅诵一句话得受八关斋戒。行者决意同时奉持八关斋戒中所有戒条，并作如下念诵：Buddhapannattam Uposatham aditthami

-- 我决意奉持佛陀订下的八关斋戒。这种方式称作一次受戒。

不论用上述的两种方式任何一种，行者受戒前应皈依三宝，念诵 namo tassa bhagavato arahato samma-sambuddhassa 三遍 (意为：南无婆伽梵，阿罗汉，三藐三菩提。)(中文译者注)。然后受三皈

(buddham saranam gacchami

dhammam saranam gacchami

sangham saranam gacchami

皈依佛，皈依法，皈依僧)。

不懂巴利文的行者受戒时可以用他们自己国家的语言。

26 问：信徒可以根据上述的两个方法清净地受持八关斋戒。但碰到特殊的情况，行者可能会破戒。那么如何判断破戒与否？

26 答：论的作者已经概括了每条戒的关键要素，从中能够了知破戒与否。

27 问：如果行者明了这些要素，那么他/她就能够判断自己所行是否破戒。这些要素是什么，有哪几条？

27 答：第一条戒中有五条要素：

1. 存在活的生命。
2. 行者知道此为活的生命。
3. 意欲杀害。
4. 行杀害。
5. 导致生命死亡。

第二条戒中的五条要素为：

1. 有主物。
2. 知为有主物。
3. 意欲偷盗。
4. 行偷盗。
5. 物品因此行为而被盗。

布拉马加拉经(Brahmajala-sutta)和康哈.菲他拉尼(Kangkha-vitarani)的释文于第三条戒引用了两条要素。

1. 意欲交媾。
2. 与任何人的通道(即生殖器，肛门或口嘴)发生性接触。

库达卡帕萨(Khuddakapatha)释文指明第三条戒中有四条要素。

1. 作不净行的通道(即生殖器，肛门或口嘴)。
2. 意欲通过上述通道(即生殖器，肛门或口嘴)的任何一种交媾。
3. 行性交。
4. 有淫乐。

第四条戒有四条要素：

1. 谎言。
2. 意欲说谎。

3. 说谎。
4. 其他人领解(理解所说的谎言)。

第五条戒有四条要素：

1. 酒或麻醉品。
2. 意欲饮用(诸酒或麻醉品)。
3. 受用。
4. 酒或麻醉品经喉而入。(中文译者注)

第六条戒中有四条要素：

1. 正午过后至第二天破晓的时间。
2. 食物或作食物想的东西。
3. 食用。
4. 咽下食物。

第七条戒必须由两部分检查(是否受持清净)。

第一部分：戒障碍清净梵行的歌舞戏乐及观听。有三条要素：

1. 歌舞等娱乐。
2. 前往观听。
3. 观听。

第二部分：戒装饰(身体)，有三条要素：

1. 装饰身体的香花等物。
2. 除患病医用，佛陀不允许使用的装饰用品。
3. 使用饰物以美容(美体)。

第八条戒有三条要素：

1. 有高广大床。
2. 知为高广大床。
3. 坐卧高广大床。

28 问：第三条戒的要素分为两种，两条的和四条的。哪种是我们所应依照奉行的--是前面二条的还是后面四条的？

28 答：行者可以依照任一种，因为如果你们仔细看会发现它们的精神是一致的，仅文字的表达不同而已。

29 问：第七条戒是怎样的？为何把第七条戒的所有要素分为两部分，而不合并为六条要素？

29 答：由于行作内容不同，这两部分中的要素不能合并在一起。第七条戒不象其它戒条一样仅仅涉及一类事情。第七条戒的第一部分涉及歌舞观(视)听，第二部分包括美容(美体)。因此，这两部分不能视为一体。在十戒中这两部分是以两条单独的戒条出现的。第七戒中合有六条要素，如果行者歌舞戏乐，但不著纹饰，不香熏涂身，这种人未全犯第七戒中的六个要素，但破八关斋戒。

30 问：犯戒者应根据上述要素，来判断是否破戒。如果不犯任一要素，则未破八关斋戒。若犯了一条戒中的所有要素，则破了八关斋戒。对否？

30 答：正确。

31 问：如果奉持八关斋戒时，破了其中一条或多条戒，那么行者该怎么办？

31 答：如果行者愿继续受持(八关斋戒)，那么他(她)应重新受戒。(中文译者注)这比破戒时舍戒要来得好。

32 问：这本经书真正涉及了八关斋戒。请问五戒中的第三戒(中文译者注)是怎样的？这条戒中有多少要素，分别是什么？

32 答：第三条戒中有四条要素：

1. 不应拜访的二十种女人。
2. 意欲与二十种女人中任何人交媾。
3. 设法性交。
4. 性接触。

33 问：是哪二十种女人？

33 答：这二十种女人是：

1. 由其母亲照料的女子。
2. 由其父亲照料的女子。
3. 由其父亲和母亲照料的女子。
4. 由其兄弟照料的女子。
5. 由其姐妹照料的女子。
6. 由其亲属照料的女子。
7. 由其同族照料的女子。
8. 由同师门下修行佛法的弟子所照料的女子。
9. 由其丈夫照料的女子。
10. 和男子有不规矩的行为(国王对男子处以罚款)，某姓某地的女子。
11. 男子购买其卖身契并娶为妻的女子。
12. 自愿与男子共同生活的女子。
13. 因男子的财产而成人妻的女子。
14. 因希求如衣服之类的物品而为人妻的赤贫女子。

15. 已接受男子求婚，并经过庄严宣誓的女子。在庄严的宣誓中，家长们牵着新郎新娘的手，放入一盆水中，祝福说：“愿你们俩互爱对方，幸福地生活在一起；不分离，就如这盆里的水不分开。”

16. 男子解脱女子重负后，娶其为妻的女子。

17. 与男子结婚的奴隶女子。

18. 与男子结婚的有工作的女子。

19. 男子在战斗中赢得并与结婚的女子。

20. 和男子生活一段时间并认其为妻的女子。

男子侵犯以上二十种女子(原注)中任意一种，及犯前述要素，即破第三条戒 (原注)。

34 问：女子在这儿是什么角色？这在第三条戒中是如何解释的？

34 答：如果男子和女子互有情意，但此男子不适合该女子(中文译者注)，那么他们互为不应拜访闲谈之人。

35 问：此处根据行持方式，八关斋戒有几种？哪几种？

35 答：根据低层次，中等层次，高层次排列，八关斋戒有三种。

这三种分别是：

1. 尼犍斋戒
2. 牧牛斋戒
3. 阿罗汉乘行者的八关斋戒

外道异教徒奉持的八关斋戒称作尼犍斋戒。

男女居士奉持八关斋戒时，有如受雇的牧牛工(有散乱心)，称作牧牛斋戒。

优婆塞和优婆夷所奉持的八关斋戒，由于行持殊胜的法门，称作阿罗汉乘行者的八关斋戒。

36 问：这个解释非常短，难以理解。什么是更深入的解释？

36 答：尼犍斋戒是八关斋戒中的不完全的部分内容。与第一条杀戒有关的是：行者持朝西方向的不杀戒，但其它方向并不戒杀。他们不杀母，杀父，亲属，朋友或某些有亲密关系的动物，但他们不戒杀除此外的众生。其它的戒条依次类推。简言之，此种斋戒是按人意愿持戒。此称尼犍斋戒。

让我们看当今的优婆塞和优婆夷，根据经律来的求受和奉持牧牛斋戒的方法是正确的。但当行者受持这种八关斋戒后，沉湎于窃窃私语——谈论村庄，城镇，山，树，田野，花园，买卖，孙辈，此处彼处，此人彼人等等。这种交谈无益于功德。行者不能从持戒中获得福乐及信心。论的作者因而将这些人比作受雇的牧牛工(并非牛的主人)。早上，雇工们放牧牛群，寻找食物。晚上，赶回牛群至雇主家。在他们得到公平的报酬后，他们又想：“明天我们将在这儿喂牛群，后天我们将在那儿喂牛群。这儿有充足的青草和水，但那儿则没有。”如此重复。雇工从不分享奶牛的产物(诸如鲜奶，白脱)。这种持戒即称牧牛斋戒。

如果在适时适地，受持阿罗汉乘行者的八关斋戒后，行者应根据其个人的喜好和善根，修习禅定和智慧观照。如果通过修习八背舍(*tadanga pahana*，中文译者注)的禅定法门并未生起功德，那么行者应继续努力。如果行者思绪无定，或处在非修习禅定的时间或地方，若有能增加佛法信心的谈论(辩论)，则应加入交谈。这能有效增长见闻，纠正可能有的见解错误。行者不应参与有竞争心，胜负心等的谈论(辩论)。如果这些佛法的交流不能带来如前所述的利益，若有听闻佛法的机会，行者应往听，以增益佛法上的信心(*saddha*)，惭愧心，畏惧心(畏恶因-- *kiri*，畏恶果--*ottappa*)，听闻(*suta*)，精进(*viriyā*)，忆念(*sati*)及智慧(*panna*)。我们为了生起迫切的出离心(*samvega*)而听闻佛法。如果行者由于任何原因，碰到障碍，导致闻法不能获得上述功德，那么，修习(六念处的)禅定法门是很适合的。

论的作者已经指明适合阿罗汉乘行者的八关斋戒中修习(六念处的)禅定法门的六个项目。它们是：

- 忆念佛的功德，
- 忆念法的功德，
- 忆念僧的功德，
- 忆念持戒，
- 忆念自身慷慨布施，
- 忆念布施，持戒和禅定的生天功德。

根据行者个人喜好，可以修持这六个项目中任何一个。但普遍认为行者不应仅修持这六条，因为仅修持这六条，那些精勤禅定的人便不能觉照得定，毕竟这六个项目仅是禅定法门中的一部分。

因此，在阿罗汉乘行者的八关斋戒中，应行禅定和观照，这对禅、观行者是不难做到的。简言之，行者奉持八关斋戒时通过修习禅定，自身会得到利益。此即阿罗汉乘行者的八关斋戒。

37 问：尼犍斋戒被认为是最低层次，牧牛斋戒被认为是中等层次，阿罗汉乘行者的八关斋戒被认为是最高层次。对否？

37 答：对，是这样的。但在世尊的教法中，尼犍斋戒不包括在八关斋戒中。许多行者不愿或不能奉持最高层次的阿罗汉乘行者的八关斋戒，而仅奉持牧牛斋戒。如果行者能奉持阿罗汉乘行者的八关斋戒，甚至仅一天，则他们可视此为殊胜的福田资粮，从中体验到的巨大的快乐。他们真正没有虚度(指白白持戒)，如在人间获得新生，趋入佛陀的教法。

38 问：为何八关斋戒仅在每月初八，十四，十五，廿三，廿九，三十日奉持？(中文译者注)如果在另外的日子奉持是否就不称为八关斋戒？其它日子可以奉持八关斋戒吗？

38 答：八关斋戒同样可以在其它的日子奉持，不限于上述的几天。根据行持的方式，

我将作简要回答。根据持戒日的不同，八关斋戒可分为三类。受八关斋戒的方法如前所述。

39 问：奉持（八关斋戒）的不同种类是什么？

39 答：

1. 帕卡提八关斋戒(pakati-uposatha)
2. 帕提-加嘎拉八关斋戒(pati-jagara-uposatha)
3. 帕提-哈日卡-帕卡哈八关斋戒(pati-harika-pakkha-uposatha)

奉持帕卡提八关斋戒(pakati-uposatha)日为阴历上半月的初五，初八，十四，十五和下半月的廿十，廿三，廿九，三十。

奉持帕提-加嘎拉八关斋戒(pati-jagara-uposatha)日为阴历月盈的五天，即初四，初六，初七，初九和十三；月亏的六天，即十六，十九，廿一，廿二，廿四，廿七(或廿八)。在一个月的这十一天奉持这种八关斋戒。

在雨季的四个月，从七月十六日晚上开始，至十一月中旬结束，是奉持帕提-哈日卡-帕卡哈八关斋戒(pati-harika-pakkha-uposatha)的时期。

拉加(Raja)经释阐述帕提-哈日卡-帕卡哈八关斋戒(pati-harika-pakkha-uposatha)是在雨季的三个月中连续奉持的。如果行者不能在雨季的三个月中连续天天持戒，那么应从十月十六日至十一月连续持戒一个月。如果行者不能在一个月中连续天天持戒，那么应从十月十六日至月末连续持戒半个月。持戒的任何时期称帕提-哈日卡-帕卡哈八关斋戒(pati-harika-pakkha-uposatha)。

一些文献阐述了奉持帕提-哈日卡-帕卡哈八关斋戒(pati-harika-pakkha-uposatha)的时期是七月至十一月的五个月。

一些论中称这三个月是七月，十一月和三月。

但是其它来源解释为八天，即初七，初九，十三，十四，廿二，廿四，廿八，廿九日，是唯一的奉持帕提-哈日卡-帕卡哈八关斋戒(pati-harika-pakkha-uposatha)的日子。

希求功德的人应在以上的日子里奉持八关斋戒。其它日子是奉持五戒，而非八关斋戒。

40 问：通常，初八，十四，十五，廿三，廿九，三十日奉持的八关斋戒叫什么？

40 答：叫六斋日八关斋戒。

41 问：现在常用的求受八关斋戒的段落是什么？

41 答：段落如下，齐诵以下段落三次：

mayam bhante tisanena saha attangasamannagatam uposatham yacama.

法师，我等求受三皈，并八关斋戒。

42 问：求受八关斋戒时诵什么？

42 答：(1) 行者先皈敬佛：

namo tassa bhagavato arahato samma-sambuddhassa.

南无婆伽梵，阿罗汉，三藐三善陀。(中文译者注)(三唱)

(2) 然后，如下三皈：

buddham saranam gacchami

dhammam saranam gacchami

sangham saranam gacchami

dutiyampi buddham saranam gacchami

dutiyampi dhammam saranam gacchami

dutiyampi sangham saranam gacchami

tatiyampi buddham saranam gacchami

tatiyampi dhammam saranam gacchami

tatiyampi sangham saranam gacchami

皈依佛两足尊，皈依法离欲尊，皈依僧众中尊。

第二遍，皈依佛两足尊，皈依法离欲尊，皈依僧众中尊。

第三遍，皈依佛两足尊，皈依法离欲尊，皈依僧众中尊。

(比丘然后说： tisarana-gamanam nitthitam or tisarana-gamanam or sarana-gamanam. 皈依佛竟，皈依法竟，皈依僧竟。)

(3) 现在，一起专心逐条受戒：

4. panatipata veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不杀生戒，乃至不教人杀。

5. adinnadana veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不偷盗戒，乃至不教人偷。

6. abrahmacariya veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不作不净行戒(此障碍梵行)。

7. musavada veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不妄语戒。

8. sura-meraya-majja-pamadatthana veramani sikkhapadam

我愿受持不饮酒戒，乃至不使用能乱人心智的麻醉品(由蒸馏或发酵制成)。

10. vikala-bhojana veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不非时食，不在午后至第二天破晓之前用食。

11.

nacca-gita-vadita-visuka-dassana

mala-gandha-vilepana-dharana-mandana-vibhusanatthana veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不习歌舞戏乐及往观听(此障碍梵行)，不着花鬘香熏涂身。

12. uccasayana-mahasayana veramani sikkhapadam samadiyami.

我愿受持不坐卧广大床座(中文译者注)，不使用做工精致的床盖。

imam atthamgasamannagatam buddhapa ? ? attam uposatham imanca rattim imanca divasam sammadeva abhirakkhitum samadiyami.

此八关斋戒由佛陀制订，包含八条戒律，我决意愿尽一日一夜奉持。

(比丘然后云： imani attha sikkhapadani ajjekam rattindivam uposathasilavasena tumhehi upasakupasikabhutehi sadhukam akhandam katva appamadena rakkhitabbani.

在家男女众，汝等应尽一日一夜奉持八关斋戒，谨慎细微，无有放逸。)

在家众回答： ama bhante. 能依教奉行。

(比丘继续云： silena sugatim yanti silena bhogasampada silena nibbutim yanti tasma silam visodhaye. 持戒能达快乐彼岸，持戒出生财富，持戒趣入涅槃。故应清净持戒。)

在家众回答： ama bhante. 能依教奉行。

受戒毕，在家众恭敬顶礼比丘。

43 问： 受持八关斋戒有何利益？

43 答： 简言之，能让我们不作诸恶。就是说，我们能够放弃诸多愚痴的不正当的行为，会给我们带来殊胜的功德利益。同样，奉持八关斋戒是证得更深层次禅定和智慧的基础。

44 问： 从此书最开始总结，有七个主题。

2. 详述应遵守的戒条及不应作的行为。

3. 求受八关斋戒的方法。

4. 开示八关斋戒的要素，判断是否破戒。

5. 八关斋戒的松、紧行持。

6. 观察八关斋戒戒相及奉持八关斋戒的方法。

7. 求受八关斋戒对答诵词。

8. 奉持八关斋戒的功德利益。

总共七部分，对否？

44 答：对。

词汇表

Arahat; Arahant - 阿罗汉，即已经到达涅槃的僧人。

Ariya - 圣人，证得涅槃四果中人。

Atthakatha Acariya - 论的作者。

Bhikkhu - 比丘，正式的佛教僧人。

Brahma-faring -- 梵行，清净正行，亦作 Brahmacariya。

Dhammadesana - 佛陀或佛教僧人所说的言教。

Dhammassavana - 听闻佛法；听闻佛法言教；听闻教诫；听闻殊胜教义。

Kammatthana - 禅定科目；禅定行持。

Kusala - 有益；功德；道德；精进；利益。

Samatha - 导向寂静之禅定；宁静；平静心。

Sila - 戒条；戒行；道德；道德准则；佛教道德规范；规则；道德标准。

attha sila - 八关斋戒。

Nica sila - 一直受持的戒；戒律；无间断奉持的戒；无间断奉持胜行，如五戒。

Panca sila - 五戒。

Sugata inches - 苏嘎他 寸。佛陀时代的度量单位制。

Upasaka -- 优婆塞；近事男(近事三宝之义)；男居士；在家男信士；俗家的男佛教徒。

Upasika - 优婆夷；近事女(近事三宝之义)；在家女信士。

Uposatha - 1. 奉持；奉持八关斋戒。 2. 佛教僧人每半月诵 戒条；定期集会诵戒日。

3. 斋戒殿；圣会殿。

Uposatha sila - 居士在斋戒日奉持八关斋戒。

Vera - 怨；恶行；憎恨；仇恨；不善果。

Vipassana - 开发智慧的禅定；觉照；内观；静虑，觉；智慧增长。

Somdet Phra Buddhaghosacariya -- 苏达.法拉.布达哥斯阿阁黎

Kantasilo --- 康塔斯罗

Somdet Phra Sangharajchao --- 苏达.法拉.僧伽拉曹

Nanavara --- 那那瓦拉

Wat Thepsirintaravas --- 特斯林塔拉瓦斯 寺

Wat Bovoranives Vihara --- 波伏拉尼维斯.维哈拉 寺

Sirikit --- 斯里基特

Somdet Phra Nyanasamvara --- 苏达.法拉.尼拉那桑瓦拉

Nirodho --- 尼罗多

此书的泰译英版名为“Uposatha Sila”，其电子版请登录
<http://www.accesstoinight.org/index.html>

该网站上有很多泰文英译的佛教善本，希有志之士进行翻译，功德无量。

《奉持八关斋戒》中文译者：道中、宗洲 审校：耀华

此书英译中时得到比丘 康塔斯罗(Kantasilo)、永根、悟真师的指导和帮助，在此深表感谢！

【附】

增支部經典五 八集 第五 布薩品

四十一 略布薩

如是我聞。

一時，世尊住王舍城祇樹給孤獨園。

於此，世尊告諸比丘言：“諸比丘！”

“大德！”彼諸比丘回答世尊。

世尊曰：“諸比丘！若修行八分成就之布薩者，則有大果、大功德、大威光、大偏滿。諸比丘！云何若修行八分成就之布薩者，則有大果、大功德、大威光、大偏滿耶？諸比丘！此處有聖弟子，如是思擇：諸阿羅漢乃至命終，斷殺生、離殺生，棄杖棄刀，有恥具悲，哀愍一切眾生而住。今我亦今日今夜斷殺生、離殺生，棄杖棄刀，有恥具悲，哀愍一切眾生而住。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第一分。

‘諸阿羅漢乃至命終，斷不與取、離不與取，取所與、望所與，不盜，淨己而住。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第二分。

‘諸阿羅漢乃至命終，斷非梵行、修梵行，修遠行、離婬穢法。今我亦於今日今夜斷非梵行、修梵行，修遠行，離婬穢法。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第三分。

‘諸阿羅漢乃至命終，斷妄語、離妄語，與真語、真實、可依、可信，不欺世間。今我亦於今日今夜斷妄語、離妄語，與真語、真實、可依、可信，不欺世間。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第四分。

‘諸阿羅漢乃至命終，斷飲酒、離飲酒。今我亦於今日今夜斷飲酒、離飲酒。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第五分。

‘諸阿羅漢乃至命終，為一食，不夜食、離非時食。今我亦於今日今夜，為一食，不夜食、離非時食。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第六分。

‘諸阿羅漢乃至命終，遠離舞蹈、歌謠、音樂、觀劇、華鬘、薰香、塗香之所持、莊嚴。今我亦於今日今夜遠離舞蹈、歌謠、音樂、觀劇、華鬘、薰香、塗香之所持、莊嚴。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第七分。

‘諸阿羅漢乃至命終，斷高床、大床，離高床、大床，臥於小床、草敷具之低處。今我亦於今日今夜，斷高床、大床，離高床、大床，臥於小床、草敷具之低處。我當以此分，作阿羅漢，修行布薩。’此乃成就之第八分。

諸比丘！如是，若修行八分成就之布薩，則有大果、大功德、大威光、大偏滿。”

註1 參照漢譯增一阿含四三-二、八關齋法(大正藏二、七五六 c)，增支部經典原典第一卷二一一頁。