沙彌律要節錄　　（第十六集）　　1994/10　　美國達拉斯　　檔名：11-003-0016

【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？】

禪心就是圓滿究竟覺悟的心；「佛」是覺悟的意思。有了究竟圓滿覺悟的心，我們就叫它做『佛心』；這個人，我們就稱他「佛陀」；他的一切行為就是『佛行』；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，是可以給迷昧眾生做榜樣的行為。『大乘小乘』都沒有達到圓滿的覺悟，小乘人雖破見思煩惱，塵沙、無明沒破；大乘人，無明分破，沒有圓破，都應當以佛的心行做為修學的榜樣。絕對不會說一個徹底覺悟的人，他的行為乖異不正常。『佛祖之行』是正常的，違背佛祖之行就是乖異，不正常。覺悟圓滿，他的行為一定跟佛一樣是圓滿的，這是說明這個道理。

我們要重視戒律，持戒就是守法，就是守規矩。這個世間之亂，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，家就亂了。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，小而一個公司行號，開個小店，僱幾個職員，也有章程，章程就是法律，就是律，人人都要遵守。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，就有秩序、有效率。大家在一起共同生活，共同工作，和睦、快樂、喜悅，這樣才能創造業績。

在佛門裡也不例外，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、兩張紙，是厚厚的一大本。最早的典範是唐朝百丈大師為叢林訂下的清規，以後佛門都以此為典範。視道場大小的需要，依照這個範本，我們自己來訂一份，所以百丈清規就變成佛門的典章制度。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，這個團體難得！大，到一個國家。我們今天走了很多地方，幾乎到過新加坡的人，都共同讚歎新加坡。尹建維居士沒有去過新加坡，他們公司在新加坡有代理業務。他告訴我，有一次他們公司聚會，各個地區推銷的人員在一起吃飯，剛好他分配到跟新加坡人坐在一桌，有十幾人。他發現他們跟其他人不一樣，其他人都很放逸的樣子，而新加坡這些人非常規矩，他們不鬧、不喝酒。尹居士感覺奇怪，「你應酬不喝酒？」他說：「我們新加坡不准喝酒」。「你們在外國呢？」「在外國，我們也不喝，不養成這種壞習慣」。穿著整齊，看起來就跟其他人不一樣，使他肅然起敬。大家為什麼對他尊敬？守法，人人守法，人人自愛。新加坡人能做得到，為什麼別的人做不到？這是教育。所以，一定要養成守法的精神。

團體，實在講「六和敬」不僅是僧團，希望這麼好的規範能推行到所有的團體。凡是與六和敬精神能夠相接近的，這個團體就是好團體。大一點的像一個國家，新加坡是個小國，諸位冷靜想一想，它是不是跟六和敬很相應，「見同解、戒同修、身同住、口無諍、意同悅」，我們能看到，還有一個重要的「利同均」，這一條要做不到，人心不服。新加坡政府對於人民生活的照顧非常周到，他的目標：人人有工作，人人有自己的房子。不能做得完全同均，但

是生活水平能維繫到。他有均的標準，使大家都能接近這個標準，達到這個標準，所以人民安居樂業。那個地區真的很不好統治，種族很複雜，語言複雜，英語、華語、馬來話、印度話，四種語言同時並行通用。

美國國家大，種族也非常複雜，為什麼不能像新加坡那麼和諧？現在還沒有想到六和敬。新加坡政府的領導人想到了，所以他們學校的課程有佛經的課程，有中國儒家孔孟思想的課程。台灣沒有。聽說現在英國小學也要把佛學課程編進教科書，在我想可能是見到新加坡這種成就，否則的話，他怎麼會想到！新加坡能治理得這麼好，這個有道理。

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，你叫一切眾生遭受苦難，這個罪過就很重。沙彌律儀這整個課程的精神，就是教我們要守法。

【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』是約束行為的。一個人隨隨便便，放逸慣了，一下要我們守規矩，好像好難過的樣子，誰也不願意受這個約束。因此講到經論，還有很濃厚的興趣來學習。聽到「戒律」，聽都不要聽，講戒律就好像挨罵一樣，誰願意到那裡去挨罵。所以你們想想現在這個時代，講經的有，講戒律的沒有。為什麼？講戒律講兩天，聽眾都跑光了，沒有一個人願意來挨罵，講戒律的人可能自己本身也沒有做到，講的時候也難過，罵自己。所以這個東西很難，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。由此可知，戒律的確非常重要。別人遵不遵守，我們不管，我們自己

要守。能持戒、守法、守禮，說實在話，你走到任何地方都會被人尊重，人家對你會產生好感。

我們過去在台中，李老師教我們《禮記》，告訴我們學禮的目的是什麼，絕對不是叫你成為一個學者，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，李老師這個標準非常好。能夠叫大眾跟你接觸，不討厭你，你辦事就順利，就成功一大半。所以我們曉得在這個時代，沒有人講禮，也沒有人講守法了。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，這個人有本事。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，其實造無量的罪業。南宋以後，人心的確是變了，變得投機取巧，走法律的漏洞，而且愈來愈嚴重。到今天，禮法蕩然無存，一時難以改正。

『故古德權開』，權開是什麼？小小戒就馬虎了，希望大的戒、重的戒你能遵守，那就算不錯了。小戒就馬虎，睜個眼，閉個眼，這叫「權開」。為什麼？做不到，所以教學的要求沒有那麼嚴格了。現在這個時代根本就不可能再要求了，現在講民主、自由、開放。古德權開的目的不是永久放任下去，是希望慢慢再收回來，慢慢再能恢復到古時候那種持戒守法的精神。所以對古大德的用心，我們要知道，我們要感激，要生慚愧心。

【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，不能執著。佛怎樣教我們的，那是真實的。我們今天又在這裡開權，我們把一本《沙彌律儀》節錄成幾條，這不就是開權嗎？為什麼這樣做？《沙彌律儀》那一本做不到，不要說要求別人，自己本身都做不到。不得

已在這裡面節錄幾條，這幾條看起來很重要，非遵守不可，再不守就不像樣了。所以一定要曉得，我們不迷，不會把權『以為常途軌則』。「權」是在非常時期應用的，距離那個正常、一切都上軌道的，還差很遠。所以現在是非常時期，是大亂的時代。今天是亂世，沒有一處不亂，不得已開權。人人都能自愛自重，都能愛團體、尊重團體，愛別人，尊重別人，這個社會是正常的。『依法不依人，方為正見佛子』。正知正見的佛弟子，一定是遵循佛陀的教誨。「法」是指經典，經典當中的教誨。「人」是許多開權的這些人，這些人是不得已而求的方便，是應一時之需，不是恆常的軌則。

人類是群居的，不是單獨生活的，是過社會生活的，社會生活裡最重要的就是制度。佛門的制度確實非常良好，它的組織非常合理。僧團確實是一個教育機構。我們看百丈大師在清規裡，建立古叢林的制度架構，那時候叫叢林，就是現在所講的佛教大學。叢林有主席，也稱「方丈」。因為他住的寮房很小，只有一丈，所以稱他作方丈。這就是校長，也稱和尚，或親教師，他負責主持教學政策，所有一切教職員要聽命於他。他底下指揮三個綱領執事，第一個是「首座和尚」，首座管教務，管教學的。教學的政策、方法由他來擬訂，和尚批准，他是和尚的幕僚人才。第二個是「維那」，管秩序，管訓導。第三個是「監院」，管總務。現在學校的組織也是如此，有教務長、訓導長、總務長，跟佛教裡的名稱不一樣，管的事是一樣的，我們稱首座、維那、監院。和尚只管三個人，這三個人，每一個部門底下又有組織，對他負責，層層負責。

僧團跟其他團體最大的不相同處，世間所有的團體組織，層層節制，地位不平等，僧團裡所有一切組織的地位是平等的，所以民主制度最早是在僧團裡面實現。這些執事，叢林主席，怎麼產生的？選舉產生的。古代執事的任期是一年，正月初一就職，臘月三十

卸職，就是總辭。總辭的時候選舉，第二天再移交新的執事，連選可以連任。他的地位是平等的，世間的階位是不平等的。叢林主席辭職之後，他在寺院裡就是清眾的身分。清眾可以立刻被選為主席，地位是平等的，沒有高下。職務、權責有高下，地位是平等的。你在這個職位上就要盡忠職守，為大眾服務，要遵守典章制度，護持道場。破壞典章制度，就把道場毀掉了。

【六十四、經云，佛言：中後不食有五福：少淫，少睡，得一心，少下風，得身安穩亦不作病。】

這一條是講「過午不食」，沙彌戒有過午不食。中國人講「過午」，實際上戒律裡面是講「過中不食」，日中。我們現在的時間，上午十一點到下午一點都是午時，實際上佛的教誡是過中不食，日中，所以不能叫持午，這會造成錯誤的觀念。過去佛陀在世，佛弟子們實行托缽制度，每天早晨出去托缽，吃飯一定是在日中以前。我們曉得，星球的運轉，它是動的不是靜的，每天日中的時間都不一樣。現在有個方便，可以用天文日曆，曉得今天日中是幾分幾秒，清清楚楚記載著。從前用日晷量太陽的影子，用這個來測量日中。

佛告訴我們，日中一食好處很多。『中後不食』，日中以後不食。『有五福』，五種好處，一、『少淫』，二、『少睡』，三、『得一心』，四、『少下風』，五、『得身安穩亦不作病』，少病少惱。中國古人教人，早晨吃得好，中午吃得飽，飽也不能過飽，晚上吃得少，養生之道。外國人顛倒了，很多外國人早晨都不吃，中午吃得少，晚上吃得飽。實在講外國人是從小底子好，吃的東西營養豐富。嚴格說起來，他們在飲食、養生方面不如中國人，但是他們很注重衛生，這一點中國不如他。中國人注重色香味，不注重衛生；他們對色香味不重視，重視衛生。

現在日中一食很難維持，什麼原因？我們的體力比不上古人，所以飲食要求要多。實在說，身體是消耗能量的，飲食是能源的補充，它消耗得多，你補充得少，非出毛病不可。古人的身體，消耗得少，補充得少就行了。特別是佛弟子、修行人，消耗的能量更少，所以一天一餐就夠了。能量消耗到哪裡去？這個諸位要曉得，百分之九十五消耗在妄想上。所以佛弟子修定，行住坐臥都在定中，心清淨，少煩少惱，所以消耗就少，他一天一餐足夠了。成天妄想煩惱多的人，除了三餐之外，還要吃點心、宵夜，他不那樣補充會維持不住，這個我們一定要知道。

阿羅漢的定功深，九次第定，見思煩惱都沒有了，他的色身在，需要營養。經上記載，阿羅漢是七天吃一餐飯，他消耗得少。辟支佛的定功比阿羅漢更深，辟支佛是半個月吃一餐飯。所以這個事情不能勉強，不能做好看的。以為一天吃一餐，我的修行比別人高，人家都不如我，這是搞假的，搞貢高我慢，求名聞利養。結果把身體搞壞了，搞成腸胃病，一身麻煩事情都來了，那是假的。我們不贊成假的，要真修。

所以古大德開權，晚上准許你吃一點東西，在叢林裡稱為藥石，就是提高警覺，把晚餐當藥物來用，治療身體的餓病。餓也是病，是來治病的，不要貪圖飲食，是這麼個做法的。飲食少，當然好，省事，從哪裡學？從清淨心學。心愈清淨，你所需要的就愈少。愈少，生活簡單容易，不求人。古人講「人到無求品自高」，不求人，這是真正得解脫，得大自在。自己的生活不求人，即使弘法利生做許多好事也不求人，隨緣隨分去做，不要勉強去做，勉強就造業。隨緣隨分，一絲毫勉強都沒有，這是圓滿功德。

【六十五、常當觀察此身為生老病死之本，眾苦之源，深自剋責，制其情欲。何以縱彼愛根，自增苦本。】

這一條是教我們要常常反省，提起高度的警覺。「身」確實不是一個好東西，中國的老子就有這個覺悟，他說：「吾有大患，為吾有身」。我最大的憂患是有個身體，他有這個覺悟。那個時代，佛法沒到中國來，他這個警覺心跟佛講的完全相同。「身為苦本」，造作一切罪業，身是工具，沒這個工具，一切罪業造不成，所以它確實是生老病死的根本，是眾苦之源。六道裡面高級的凡夫，覺悟的，他不要身體。三界最高的是無色界天，沒有身體，是高級凡夫。老子的德行標準很高，他沒學佛，出不了三界。老子現在在哪裡？一定在無色界天，因為他有這個警覺，他不要身體。能把身體捨棄，往生時決定在無色界天。

所以我們要常常『深自剋責』。『制其情欲』，情是感情，欲是欲望。對世間五欲六塵的欲望，我們今天講的物質生活、精神生活，這就是「情欲」兩個字所包括的。自己要限制自己，生活可以過得去就好了，不可以過分的貪圖享受。世間人追求享受，我們冷眼旁觀，實際上他付出的代價太多，真的是得不償失。過去生中所修的福報，這一生中修的福報，很快的享盡，享盡之後，不但來生沒福，這一生的晚年都沒福，這個我們看到太多了。尤其是外國人，中國人還有個老觀念，曉得防老，外國人好像沒想到這個問題，到老的時候才發現這個問題，來不及了，福享盡了。中國人有時候還會留一點，顧到晚年。所以，對自己的享受一定要克制。

佛教我們「以苦為師」，吃飯不要吃飽，穿衣服不要穿暖，睡覺不要睡得太安穩，時時刻刻警覺自己，提高警覺心。樣樣都很舒服，這就產生貪愛。『縱彼愛根』，愛根就是貪心。貪圖一切的享受，貪圖名聞利養，他的結果確實是『自增苦本』，一點都沒錯。苦上再加苦，自己以為是在享樂、是在享受，不曉得這是苦上加苦。他當時的享受是在麻醉，麻醉完之後，那個痛苦不堪設想，我們

看現在的年輕人都是如此；所以古人講，在這個過程當中是麻木不仁，貪圖物質的享受。能夠早年警覺的，晚年還有點福報；早年迷惑顛倒的，晚年苦不堪言。

我在年輕的時候剛到台灣，民國三十八年，我二十二歲。一個人來台灣，在台灣沒有親戚朋友，無依無靠，警覺心就高了，不認真、不努力，我怎麼活得下去！我那些同事、朋友，星期假日都去玩。我利用星期假日專門找有學問、有道德的人，我去拜訪他、親近他，聽他的教誨。這人怎麼找？寫信。打聽到這個很有名的教授，打聽到地址就寫信給他，寫過幾封信的時候，他就會回信約談。一見面後，有些教授會介紹我，還有哪個人，那時我認識二十多個人。我跟這些老年人，我的假期用在這裡。另外就是圖書館、書店，其他地方我都不去。我那些朋友都說我很傻，不知道去玩。

為什麼不去玩？我那時候跟他們講得很清楚，我說，「我也很喜歡玩，我沒有玩的本錢。我現在多用功、多讀書，多學一點東西。你們年輕的時候玩，我是打算晚年來玩」。他們聽到我這個話好像莫名其妙。到現在看，果然不錯，他們現在苦，退休下來是可憐得不得了。拿一點退休金跟人家做生意，好多都被人騙，都騙光了，真苦。看到我現在滿天飛，逍遙自在，「你的路走對了」。現在才知道我的路走對了，那個時候我告訴他，他不以為然。古人講：「人無遠慮，必有近憂」，眼光太短了，要看遠一點，看深一點。我們自己將來不吃苦，年輕時吃一點苦算什麼！他們認為我那很苦，我覺得我的生活非常充實，很有樂趣。

親近這些有學問、有道德的長者，我們誠心誠意去求學，他們對我非常愛護。聽聽他們所說的，增長見識，我們把時間用在這上面，沒有浪費時間，沒有浪費金錢。收入雖然很微薄，全都買書了。我一年的收入，在書架上一看，都擺在那裡，很有味道。我的生

活費用，因為我們是公家，吃住都不要自己花錢，連衣服都是公家發的，所以零用錢很少。我在台灣工作，從民國三十八年到四十六年，整整八年。這八年當中，我一個月用錢最多的沒有超過二十塊錢，最少的是一個月八塊錢，所以我的書很多。現在享福了，現在我走到哪個地方，生活所需都是人家照顧得周周到到，現在一個月八塊錢都用不上，沒有用錢的地方。

有一年我在舊金山，到美國來，三個月都沒有用錢的機會。甘貴穗帶我到舊金山去玩，買個小東西，他們還要替我買，我說「讓我用用錢，試試用錢是什麼味道！」花個十幾塊錢，不知道買了什麼東西，忘記了。沒有用錢的地方。今天要是到中國大陸，我也不需要花一塊錢。所以自己要曉得惜福，要知道苦本，如何減少苦受，不要去增加，增加就錯了。恣情縱欲，那是很重的罪業。我們今天就講到此地。