

三律仪学处 第9讲

《律海心要摄颂》

宗喀巴大师造

隆莲法师藏文汉译

集美格西 教授

图登蒋扬法师 翻译

2025年9月1日

首先对于今天来听闻三律仪学处的所有学员们说一声吉祥如意。我们在听闻之前必须要调整我们听法的动机，为了一切如虚空般的如母有情，我们要迅速的成就佛果，为此来听闻三律仪的教授。三律仪教授我们现在介绍的是别解脱戒，我们今天要介绍的是持守别解脱戒会有什么样的利益。我们在《律海心要》的前面最开始的科判里面提到「体性及差别，别相生所依。舍缘及功德，六种说如是。」。六个科判里面「体性」、「差别」以及各个认明，还有「所依」、「舍缘」的部分我们都已经介绍完毕，今天要介绍利益的部分。这部论是宗喀巴大师所写的，取名为《律海心要》，它的依据来自于佛陀亲自所说的四部律。四部律是哪四部呢？是《广戒经》、《十七事》、《请论教》还有《杂事经》这四部律。所有的戒律最主要都是依据这四部律去做开展的。《律海心要》就是将这四部律里面的心要精华取出来做介绍，所以称之为《律海心要》，是这四部律的心要。而这四部律的心要的内容可以分成六个部分，那我们今天要介绍的是最后一个，也就是持守戒律会有什么样的功德。

我们守护别解脱戒有什么样的利益呢：

守护此诸戒，分位人天果，究竟三菩提，佛说能得故。

我们今天获得了珍贵的人身，获得了这样一个人身，有能够持守别解脱戒的这样的一个善缘。不仅去受持了别解脱戒，我们还守护别解脱戒的话，能够得到什么样的一个利

益呢？能够得到「分位人天果」。我们要承办现前增上生，最主要必须透过持守戒律。这一点《入中论》里面提到，「增上生因戒非余」。如果我们想要获得增上生，就必须持守戒律。如果你不持守戒律却想要获得增上生，是没有办法的。不仅如此，在《中观宝鬘论》里面也提到「施得受用戒得乐」，要能够获得受用的因是布施，但是要受用善趣的安乐的因是持戒。所以我们今生能够获得人身，并且是暇满人身，能够学习佛法的这样一个人身，我们过去肯定是有持守戒律才能够获得这样的人身。当然，我们现在获得的人身是什么时候持守戒律的果报呢？这一点除了佛陀以外，没有人可以很明确的告诉你。但是可以肯定的是，一定是某一世持戒的果报。所以就像过去的祖师们所说的一般，如果想要知道我们过去做了什么，看我们的今生就知道。看我们今生的情况，就知道我们过去造了什么样的业。想要知道我们未来会感得什么果，看现在的所行就知道。我们过去因为造作了善业、持守了戒律，所以我们今生能够获得增上生。我们来世是否能够获得增上生，就必须关待于我们今世的努力。所以如果我们今世能够受持戒律并且守护戒律的话，「分位人天果」，在尚未获得菩提之前的中间暂时的阶段，我们可以获得人天的果报，特别是增上生的果报。

另外，佛陀提到「自为自怙主」。佛陀提到，我们是我们自己的怙主。为什么呢？因为能够真正带领我们前往善趣、能够让我们得到安乐的，是我们自己！我们自己造作了善业、我们自己持守了戒律，我们才能够得到安乐，才能够得到增上生。今天我们前往地狱、我们领受痛苦，难道是有一个人牵着你把你带到地狱的吗？或者是，今天你投身到兜率天，是有人牵着你投身于兜率天的吗？并不是。是由于我们自己造作的业。我们造了恶业，因此堕入地狱、领受痛苦；我们造了善业，我们投身于兜率天、领受快乐。由于我们自己造的业，让我们能够领受苦乐果。因此佛陀说我们是我们自己的怙主，没有其他人能够真正的给予我们痛苦跟快乐。一切的痛苦跟快乐的来源来自于我们自己。所以如果我们想要得到安乐、远离痛苦，那我们必须自己去断恶修善。并且佛陀也告诉我们，他已经为我们指示解脱道，但是我们要不要修持、我们要不要去走这个解脱道，完全关待于我们自己。佛陀的角色就是告诉我们什么该做什么不该做。我们愿不愿意去做、我们做不做，这

完全关待于我们自己。佛陀没有办法强迫我们去做。所以如果我们今天想要得到安乐，我们今天想要远离痛苦，我们就必须按照佛陀所指示的解脱道去行持。所以对我们来说，我们想要得到来世的增上生、来世的安乐，我们必须持戒。持戒里面就以别解脱戒来说，它是很容易持守的，它是守护身、语而已。而菩萨戒是要守护心，它必须要用一个非常善良的心去面对其他有情。但是别解脱戒主要的是守护我们的身、语。所以基本上别解脱戒里面，像居士戒的内容，大部分我们都可以持守。而且最根本的四根本，是本来就应该要去防护的。所以，对于一般居士来说，如果没有办法做到尽形寿去持戒的话，那也没关系，你也可以在每个月的例如八号、十五号、还有二十九号、三十号的时候去受持八关斋戒。这就是一天一夜的戒律，仅是受持一天一夜的戒律也能获得无量无边的利益。或者一年里藏历的四月是殊胜的月份，在这样的一个月份里面去受持八关斋戒，也能够得到无量无边的利益。

如果你可以尽形寿的去持守戒律，可以进一步的去持守五戒。五戒里面前四条四根本是纵使佛陀不制戒，我们做了一样是会有过失、会有恶业的。只是，因为是佛陀制定的戒律，所以违犯的话会多一个违背佛陀制戒的过失（遮罪）。五戒里面另一条是饮酒，如果你没有受戒的话，饮酒本身并不是很大的过失，但是饮酒确实对我们很多的行为会有伤害。我们想要行持善行，饮酒则会让我们神志不清，会让我们做出很多的恶行，会障碍我们行持善法，所以饮酒也是必需要去断除的。所以五戒的内容本来就应该去持守，就应该去防护。而以杀生来说，如果一个没有受戒的人不去杀生，其实这没有什么，这就是一个无记而已。但是一个受戒的人，由于承许了要断除杀生，所以他不杀生的话，这样的一个行为就是一个很了不起的善行。所以这两者是有极大的差别的。

今天我们有这样的一个善根，有这样的一个福报，能够去领受戒体，能够去持守戒律，如果我们努力的持守戒律，我们来世就能够获得增上生的果位，我们来世就能够得到安乐。所以我们想要未来得到安乐，现在就必须努力。所以这个是持守戒律的一个功德利益。

因此，透过守护戒律，我们来世能够暂时获得人天的增上生的果位。就今世来说，我们持守戒律也能够得到非常多的利益。比如说如果我们今生能够持守戒律的话，我们能够更容易的执持所听闻的法意，并且诸多的天人、非人、还有怨敌等看到我们的时候都会自然而然的产生恭敬，不会来损害。所以就今世的角度来说，持守戒律也有诸多的好处。并且就像我们之前引用的《入中论》的偈颂里面所提到的「增上生因戒非余」，如果你要获得增上生、来世的安乐，必须要持守戒律。如果没有持守戒律的话，就没有办法获得增上生。之前讲到持戒波罗蜜多的时候，我们就讲到了一个内容，即便今天你做了广大的布施，但若你没有如理持戒的话，你布施的果只能在畜生道领受。比如说有一些龙族，他们就是过去行持了广大的布施，但是戒律有亏损而投生于龙族。龙的受用非常的圆满，可是他们并不是人道，并不属于增上生，而是畜生道。由于他们是畜生道，他们就没有获得增上生、没有所谓的暇满人身，他们是无暇的状态。所谓的「无暇」指的是什么？没有闲暇去修持佛法，所以这个时候他们没有获得善趣的安乐，而是在恶趣当中，虽然他们有诸多的受用，但是他们还是有众多的痛苦，并且他们没有闲暇去修习思维佛法，更何况是其他道的所依身。所以，如果我们想要获得一个暇满人身、想要获得一个增上生，一定要守护戒律。持守戒律对我们的今世、对我们的来生，都有很重大的意义。

并且「究竟三菩提，佛说能得故」，透过守护戒律能够暂时获得增上生，究竟来说可以获得三种菩提，也就是声闻菩提、独觉菩提和无上菩提，这三种菩提都必须要透过持守戒律才能获得。在《入中论》里面提到「诸异生及佛子，自证菩提与佛子，增上生及决定胜，其因除戒定无余」。这里面提到不论是凡夫也好，「佛子」指的是声闻，「自证菩提」指的是独觉，以及佛子也就是菩萨，不论是哪一者要获得增上生跟决定胜，都必须要持戒，除了戒以外没有可以获得增上生、决定胜的其他的因。因此这边，不论是从人天果报增上生来说，还是三种菩提决定胜来说，都必须要透过守护戒律才能得到。并且对我们来说，虽然像菩萨戒、密乘戒是层次比较高的戒律，我们不一定能够完全的守护，可是别解脱戒特别是居士的部分，其实不难。所以如果我们能够如理的守护的话，就像佛陀所说的能够获得人天的果位，也能够获得究竟的决定胜的果位。并且世亲菩萨在《俱舍论》

里面提到「将趣见谛道，应住戒勤修，闻思修所成，谓名俱义境」，最初提到的是什么？是安住于戒律。安住于戒律之后去听闻，听闻之后去思维，思维之后进行修持，最后能够获得什么结果呢？能够获得殊胜的果报。因此，不论是在《入中论》还是《俱舍论》里面，都告诉我们必须要去持守戒律，才能够获得现前增上生和究竟决定胜的果报，这一点是佛陀的宣说，并且诸论典也如是宣说。

并且我们在受持别解脱戒的时候，别解脱戒最主要是以希求解脱之心去受持戒律的。当然不是说只能用希求解脱之心，若希求无上菩提也可以。如果是希求解脱的话，以希求解脱的动机去受持这样的戒律，最后一定能够成为解脱的因。如果你是以希求无上菩提的动机去受持戒律的话，最后能够成为成就无上菩提的因。当然这中间有些人会以比如说希望现世能够得到安乐，或者是希望不要堕入恶趣，或者是为了避免现世的一些灾难而去出家、而去受戒的话，以这样的动机去受戒是得不到戒体的。这些确实有出现过，有些人只是为了现世的名声利养安乐而去受戒，以这样的动机去受戒只能得到我们前面说的中间的律仪，不是真正的戒体，只是相似戒体的一种善行。有些人是为了来世不要堕入恶趣去受戒，这也是不行的。有些人是为了要逃避战争或逃避一些灾难、或逃避债务而去出家，这种在佛世的时候就有。当时佛陀出生于释迦族，当时有一个国家的国王去攻打释迦族，有一些释迦族人为了活命而跑到了佛陀的僧团出家、受戒，仅是为了活命而出家受戒，这个时候佛陀就说他并没有得到真正的别解脱戒。同样的，如果你只是为了人天果位而来受持别解脱戒的话，你是没有办法得到真正别解脱戒的戒体。持守别解脱戒可以带来获得人天果位的利益，可是在受戒的时候你不可以用希求人天果位的动机去受戒，这是不行的。如果你只是希求这样的果位去受戒，是得不到真正的戒体，只能得到相似的一个戒体，一种非律仪的善行。这一点我们之前有提到，所以最下，一定要用希求解脱的意乐乃至希求无上菩提的意乐来受持别解脱戒。如果不是以这样的意乐来受持的话，只能得到一种相似律仪但又不是律仪的这样的一种中间的所谓的善根、或者是中间的一种非非律仪。

最后提到：

具勤常励力，谨护别解脱，愿有情世世，恒住于梵行。

我们既然获得了人身，并且有机缘能够持守这样的戒律，别解脱戒不是这么难以持守的戒律，我们是可以去持守的，所以我们必须要努力的去持守这样的戒律。我们一般提到犯戒的四因，犯戒有四个因缘。我们要修持这四个因缘的对治品，从而让我们的戒律不要被这四种犯戒因缘所侵害。

第一个是「放逸」。我们应该要断除放逸，所以这边讲到「具勤常励力，谨护别解脱」。我们必须要断除放逸。我们应该要想到，我们已经获得了珍贵的人身，我们获得了珍贵的别解脱戒，要断除放逸，并且要对于别解脱戒恭敬。所以这边讲到「谨护别解脱」。我们要恭敬别解脱戒，这个别解脱戒来之不易，我们有机缘能够受到这个如同大珍宝般的别解脱戒，我们应该要产生恭敬心。（补充：第二个因是「不敬」）

第三个提到的是「无知」，我们必须要断除无知，因此我们前面就已经介绍了居士戒里面的八关斋戒的四根本，以及四支分，还有五戒的四根本跟饮酒的支分戒等。我们应该要去了解其中的差别，然后努力的去持守戒律。

第四个就是「烦恼」粗重。当烦恼现前的时候，我们不应该等烦恼炽盛的时候才去对治，我们应该在烦恼开始出现的时候就应该去对治。就像当我们生起嗔心的时候，嗔心越来越大之后我们就会开始打人骂人，乃至去杀人。所以杀生最主要来自于嗔心。所以我们在嗔心一开始现起的时候就应该马上去遮止它，不要让它越来越大。同样的，当我们现起一点贪心的时候，我们就要去遮止它。贪心越来越大之后，可能会变成比如说偷盗等。偷盗最主要就是对于他人的物品产生贪求，想要得到这样的一个东西，所以才会去偷。这个就是由贪心所促使的。所以我们必须要去努力的守护，让我们不要生起贪心。尽力的在烦恼最开始现起时就去遮止防护。我们要努力的去断除犯戒四因，努力的去持守戒律。我们要知道持守戒律，和没有受戒的人不做这些事情，是有差别的。我们能够获得更大的利益，同样的如果我们违反了戒律，跟没有受戒的人去做这些事情，虽然他们也会有过失，可是我们在本来的性罪之上还会加上一个遮罪，也就是违背佛陀制定戒律的过失。所以我

们必须要慎重的考虑这一点，然后尽力的守护戒律。并且我们受戒是自愿去受戒的。我们之前有提到如果是他人强迫你去受戒，你没有想要受戒的意愿但别人强迫你去受戒的话，你是得不到戒的。所以今天我们是自愿来受戒。如果我们是自愿来受戒，我们就应该要努力的去持守这样的戒律，并且我们要常时的去思考，受持了别解脱戒能够获得怎么样殊胜的功德？想到这些内容后努力的去持守别解脱戒。

《律海心要》总集了佛陀诸多戒经的内容，将它编撰成这样一个短短的内容，称之为《律海心要》。编撰这样一个《律海心要》的功德，回向一切有情都可以恒长处于梵行当中，都能够受持别解脱戒。

以上我们已经介绍完了《律海心要》的内容，别解脱戒的介绍就到这个地方。从下次上课开始，我们会介绍菩萨戒的部分。我们介绍菩萨戒的法本最主要是依照宗喀巴大师所写的《菩萨戒品释》，又称为《菩提正道》这部论来做解释和介绍。虽然说是宗喀巴大师写的，但是他是依据菩萨地里面的内容去解释。菩萨地的作者是谁？是无著菩萨，《瑜伽师地论》的作者无著菩萨。因此我们在下一次上课的前行，也就是正式上课之前，我们会简略的介绍无著菩萨跟宗喀巴大师的传记，在这之后才会正式的进入《菩萨戒品释》的课程。我们今天就先上到这个地方，如果有同学有疑问的话可以开放一位同学提问。在这之后我们一起念诵咒语。

弟子：法师，末学有三个问题。第一个问题，别解脱戒是以出离心为因，最下要有解脱轮回的心，没有的话就无法获得戒体。此处的出离心是什么标准？是要生起道次第的证得吗？也就是闻慧、思慧、修慧到底是依何标准而去判断的？对于居士戒和出家戒，他们两者对出离心的标准是否是一样的？

第二个问题，受戒的时候戒体的圆不圆满是否观待于师长？师长本身戒体圆不圆满会不会有影响？还是主要看自己去受戒时候的出离心的程度？

第三个问题，外道的戒跟此处戒的差别？因为我们戒的功德是由戒生定，由定生慧。但是如果戒体不圆满或者不是我们这个戒体的话，会不会影响到我们去修证、证果？如果会影响的话，外道也能够通过他们的戒去生起禅定和智慧，就比如说在汉地就有类似于依照道教的戒去修定，然后再在这个基础之上去学习空性等，类似于这样的道路。所以如果说是这样的话，他们也能靠这种戒定慧的路走上来，那这样的话他们的戒跟我们的戒的功德不同差别点到底是在哪里？感恩法师。

上师：首先回答第一个问题。第一个问题里面，八种别解脱戒的受戒的意乐的出离心都是一样的，没有差别，任何一个都是一样的，没有分出家跟在家的出离心的差别，并没有一个出离心的不一样的量。

受持别解脱戒的这个出离心不需要像三主要道里面所提到的那一种出离心。如果要求是三主要道那一种出离心的话，会变成未入道的有情不可能得到别解脱戒。你只要生起出离心，也就是三主要道所说的无有造作的出离心，一定是入道的有情，不论是声闻道、独觉道还是大乘道。如此一来，未入道的有情没有办法得到别解脱戒，就会有这样的过失。所以这边的出离心，出离的想法的最低标准是什么呢？在受戒前和尚跟阿阇黎会介绍别解脱戒以及利益，其中最主要的是能够获得解脱的利益。在听到这样的利益的当下生起“这么殊胜，我要获得解脱，所以我要来受别解脱戒！”，生起这样的一个意乐，这时候我们虽然没有生起真正的出离心，但这个时候会生起一种强烈的“我想要解脱轮回，我想要受持别解脱戒”，只要有这样的动机就算是获得别解脱戒的动机，这是最下的一个界限。如果要有无造作的出离心才可以生起别解脱戒的话，那未入道的有情都得不到别解脱戒。可是很显然的，很多未入道的有情都可以获得别解脱戒。所以最下的界限是，由堪布阿阇黎在介绍“别解脱戒的功德、轮回的过患、应当希求厌离轮回”的当下，那个刹那间生起了“我想要出离轮回，所以我来受持别解脱戒”一种造作的心，当下心跟着转动的这样的一个念头去受持别解脱戒，就能够得到别解脱戒的戒体。当然一个大乘的行者是以希求成就佛

果而来受持别解脱戒，而希求声闻独觉乘的有情则会以希求一己解脱的动机来受持别解脱戒。如果完全没有概念，至少在听到和尚阿阇黎介绍的当下生起“我想要脱离轮回，我想要来受持别解脱戒”，仅是当下生起这样的心，也可以获得别解脱戒。

关于第二个问题，这边必须要修正一个观念，就是“在受戒的时候，获得的戒体圆不圆满”这个观念。在受戒的当下没有所谓圆不圆满的戒体，只有受戒的方式是否有过失的差别而已。什么意思呢？我们讲到受戒的方式有两个，一个是无过圆满的受戒，以及有过失的受戒。最主要讲到的是比丘。比如说，我们提到比丘受戒的时候必须具备很多条件，他必须在一个僧团（四位比丘以上的群体）去领受比丘戒，以及要具备和尚还有羯磨阿阇黎、屏教阿阇黎。在受戒的时候，受戒前这位比丘必须要远离很多的过失，比如说造五无间罪等等。在众多的因缘具足的情况之下，他才能够受比丘戒。在受比丘戒的时候，戒师里面可能有一位的戒体没有很清净，但其他的人并不知道他戒体不清净而认为他是戒体清净的，受戒的人也觉得他是戒体清净的。在这样的一个情况下传戒的话，就不是无过圆满的方式受戒。受戒的戒本身是能够生起圆满的戒体的，只是这样的一种传戒方式是有过失的。

我们再举另外一个譬喻，我们之前讲到有一种比丘他不知道未满二十不能受比丘戒，或者是他认为他自己已经满二十岁但实际上他没有，他去受了比丘戒。而这个时候为他传戒的戒师们会犯一个过失，就是为未圆满二十岁的人受比丘戒的这个过失。所以这个时候传戒的方式是有过失的传戒，可是那位未满二十岁的人能不能得到清净的比丘戒体呢？他可以得到清净的比丘戒体。所以只有受戒的方式有没有过失，你自己本身受戒的戒体有没有圆满并不需要有这样一个担心，并不需要有这样的一种分别。另外，受戒的人如果已经破戒且有覆藏的话，他不能再受戒。如果是无覆藏且直接忏悔、然后去受戒，那他还可以再次受戒，但他受戒的时候所获得的戒体不会是清净的戒体。为什么？因为他有波罗夷、或者说他胜堕。他胜堕一直到他这一生证得罗汉果，如果他这一生能够现证罗汉果的话，

那他的这个堕罪就会净化。如果他这一生没有办法现证罗汉果的话，那一直到现证罗汉果之前，就是这一生来说，他的堕罪都会在、都没有办法净化，会有这样的一个差别。

关于第三个问题，这边必须要澄清，外道的戒定慧跟佛教的三学是不一样的。佛教的三学必须加上增上戒学、增上定学、跟增上慧学。为什么？要强调的是佛教讲的戒定慧比外道的戒定慧更为增上、更为殊胜。仅是断除十恶的律仪的相似的内容，外道也有；承办色界、无色界的禅定的三摩地，外道也有；世间的毗婆舍那、世间的胜观，外道也有。所以外道有戒定慧，可是佛教所提到的「增上」的戒、「增上」的定、「增上」的慧，外道是没有的。所以这两者是完全不一样的。「增上生因戒非余」，我们提到要获得增上生一定要持戒作为因，而这边讲的戒不是说一定要是别解脱戒。虽然别解脱戒能获得这样的利益，但不代表说这边讲的戒一定是别解脱戒。这边最主要的是断十恶的律仪。断十恶的律仪不一定要在一个师长前面去承许，你自己立誓发心去断除杀生偷盗等等是可以的。透过这样的一个善根，来世能够获得人身、能够获得天生这是可以的。并且透过断除杀生偷盗等，让我们的心更趣入寂静，然后因此而生起禅定，这个外道也是可以办得到的。可是他们所谓的戒和定，与佛教所说的戒和定是完全不一样的。这是有不同的差别的。关于你提到的，有些透过戒引申禅定、然后去学习一些空性的道理而证悟空性，这是不可能的。外道是不可能证悟空性的。为什么？这边必须要厘清一个点，证得空性不一定要生起禅定才可以证得。证得可以分为比量和现量。「比量证得」不用禅定就可以证得空性，可是外道由于住于外道的见，如果没有转为佛教的见的话，他就没有办法证悟空性。所以他们的戒定慧跟佛教所讲的增上戒学、增上定学、增上慧学是不一样的。

今天提的问题非常的好，从你所提的问题可以知道你在平时有注意经论的内容，这样的一个问题非常的好。这样的一个问题也可以让大家对于戒学的部分或者是更多的内容有更清楚的理解。所以今天所提的问题非常的好。

我们今天的课就到这个地方，谢谢大家，大家晚安。

回向

所有礼赞供养福，请佛住世转法轮，

随喜忏悔诸善根，回向众生及佛道。