

學

佛與素食

諦聽佛陀的說法

寧當燃身破眼目 不忍行殺食衆生
諸佛所說慈悲經 彼經中說行慈者
寧破骨髓出頭腦 不忍瞰肉食衆生
如佛所說食肉者 此人行慈不滿足
常受短命多病身 迷沒生死不成佛



談幸福人生（代序）

人生在世最幸福的事莫過於身心安寧。身伴健康
和心理寧靜是最圓滿的福報。佛說：萬法唯心造。
又說：一切唯心所現。唯識所變。由此可知，要身體健康
無病苦，必須先使心地善良無有惡念。所以行善積
德非常重要，而且還須從思想觀念上做起。如果我們
每天都能在處事待人接物上隨時隨地流露真誠心、
慈悲心、清淨心、平等心，自然就不會起邪思妄想，
自然就可以免除煩惱憂慮。所謂心安理得，知足常
樂，如此而後，身伴那有不健康的道理。

然而，怎樣才算真是真誠慈悲清淨平等呢？俗話
說得好：凡事必須將心比心。因為人同此心，心同此理。我們

絕不可有自私自利的念頭，起心動念都必須為他人着想。決定沒有分別執著。學習佛菩薩普度眾生不談條件，只問緣分的寬宏心量，效法祖師大德們弘法利生不疲不厭的忍辱精神。我們果然能照著這樣做，生活便得自在安詳，精神便可享受到真正的快樂。至於具體的做法，也就是真修行，應該從最基本的人食衣住行開始，一一改正過去不如理不如法的想法做法及一些習性。點滴功夫上，能改一分，即成就一分。比方說，飲食方面，我們都知道病從口入的道理，却偏偏只為滿足口腹之慾而去殺害其他眾生的生命，這就是不如理。殊不知自然界所有生命，包括人的生命，都是平等的，它都有生存權，絕無大小



尊卑的差別，決不容任何人違反自然規律而恣意弱肉強食。又為貪口口味享受，不顧肉食中潛藏的病菌之困，也不管下肚後的衛生問題，這就是不如法。

目前全世界正流行一種廿世紀新瘟疫——SARS。其蔓延速度之快，非尋常之烈，史上罕見，人人談之色變。科學家研究結果有人認為這病毒之起因是來自肉食動物傳染到人體的變種細菌。我們一般人只要冷靜思考也會同意他這種觀點。顯然，就事上來看，人類為了嗜肉必須大量養牛、羊、馬、豬、雞，必須長期繁殖魚、蝦、蟹、螺等，從飼養到屠宰，漫長的過程中不知潛伏著多少見不到的病菌，包括牲口本身上的滋長和污染、週遭空氣、水質、土壤的環

境影響音，以及加工人為的破壞或醞釀，種種輾轉變化的情況下，什麼怪異的病菌相信都有可能產生，因為肉體本身就是孕育細菌的大溫床。就理上說，大地之運行與生息有其一定的規則，一旦脫軌失序，必然會發生劫難，一切自然生態本來相生相剋，共存共榮，萬一受到破壞或撞擊，致而失去平衡，問題就會不斷地衍生。換言之，人類的生存問題就會面臨考驗。這就是因果律的現象，如是因如是果，善因必有善果，惡因終會有惡報，絲毫不要。如今，由於世人造了無數殺業的因果冥冥中所結的果報，一旦成熟，人們就會遭到自食其果的災難。這是亙古不易之理，決非迷信。



佛經告訴我們：依報隨著正報轉。依報是我們的
生活環境，正報是我們的心地。心善境善，心惡境惡。
所謂心淨則國土淨。記得兩年前，世界各地流行口
蹄疫，我的家鄉美濃也遭殃，家家戶戶所養的豬隻，
一家染病，不多時即蔓延了全鎮，大家急忙撲殺活埋，
已管不了是否都得病，雌雄老少一概殺得精光，成千
上萬的生命就如野草草草結束。姑不論業因果報，
試想埋在地下的屍体内的病菌圍長時的變化，而生活在
這塊土地上代代相傳的子民們又將遭到怎樣的毒害，
真令人不寒而慄。同樣地，由於科技發展上所造
成的環境污染將會帶來多少禍害，誰也不知道。
層層危機就像不定時炸彈，一觸即發。感慨之餘，

不禁要問究竟這個地球還適合人類住多久呢？

佛經五戒，頭一個就是殺戒，足見殺是一切災禍之源。

佛說業報差別經上說，有十業能令衆生得長命報，十業是一自不殺生，二勸他不殺，三讚歎不殺，四見他不殺心生歡喜，五見彼殺者方便救免，六見死怖者安慰其心，七見恐怖者施與無畏，八見諸患者起慈悲心，九見諸急難起大悲心，十以諸飲食惠施衆生。

寶貝島台灣，近幾年天災人禍不斷。按佛經暨歷代典籍記載，每逢瘟疫、旱災、水災、蝗災等發生時，除了賑災，政府都會下令大衆齊心齋戒之真誠祈福，其靈驗不可思議。淨空法師說，心有貪瞋痴，這是最嚴重的病毒，把外面所有物質環境都變成了毒母，若



是內無三毒煩惱，外哪有病毒母？而慈悲可以化毒母解毒，所以心地要清淨，慈悲。

總之，我們要長養清淨慈悲之心，最直接有效的方法，是必須深入佛教，明瞭事理，然後即刻發心戒殺放生，持齋素食，改正錯誤的飲食習慣，絕不再吃肉，並且常行善多布施。這樣依教奉行，才是消災免難最根本的辦法，也正是健康之道，幸福人生之門。

佛弟子 邱忠均 寫於

二〇〇三年五月母親節

學佛與素食——諦聽佛陀的說法 目錄

♥ 一切智光明仙人慈心因緣不食肉經	一〇
♥ 楞伽經一切佛語心品之四——遮禁食肉	四〇
♥ 大乘入楞伽經斷食肉品	六五
♥ 大佛頂首楞嚴經戒殺斷肉清淨明誨	一〇四
♥ 大佛頂首楞嚴經戒食五辛修行漸次	一一二
♥ 大般涅槃經四相品斷肉食章	一二〇
♥ 佛說業報差別經得長命報之法	一三七
♥ 佛說十善業道經不殺生利益	一四一
♥ 蓮池大師戒殺放生文	一四四
♥ 印光大師念佛喫素為護國息災之根本	一七八



一切智光明仙人慈心因緣不食肉經

譯者失佚，附秦錄
今收大正藏第三冊

如是我聞：一時，佛住摩伽提國寂滅道場彌加女村自在天祠精舍。時有迦波利婆羅門子，名彌勒，軀體金色，三十二相，八十四種好，放銀光明，黃金校飾，如白銀山，威光無量，來至佛所。爾時，世尊與千二百五十比丘經行林中，又有結髮梵志五百人等，

註①

遙見彌勒威儀庠序，相好清淨，五體投地如
銀山崩，成金花聚寶間廁，金花金臺，七寶
為閣，於臺閣中，有妙音聲而說偈言：

我見牟尼尊

面貌常清淨

百福相奇特

世間無倫匹

煩惱垢永盡

智慧悉成滿

一向常歸命

身心無疲倦

故我以五體

欲得勝安樂

脫苦無所畏

敬禮釋迦文



時，諸梵志見聞此事，白佛言：「世尊！如此童子威儀庠序，光明無量，與佛無異，於何佛所初發道心？受持誰經？唯願天尊為我解說。」

佛告式乾梵志：「汝今諦聽，善思念之，

吾當為汝分別解說，令汝歡喜。乃注過去無量

無邊阿僧祇劫時，有世界名勝花敷，佛號彌勒

，恆以慈心四無量法教化一切。波佛說經，名

慈三昧光大悲海雲，若有聞者，即得超越百億

萬劫生死之罪，必得成佛，無有疑慮。註14時，波
國中有大婆羅門，名一切智光明，聰慧多智，註15
廣博衆經，世間技藝六十四能無不綜練。註16聞佛
出世，說慈三昧光大悲海雲經，即以世間一切
議論難詰波佛。註17盡其辭辯而不能屈，即便信伏
為佛弟子，尋發阿耨多羅三藐三菩提心，註18而作
是言：『我今於佛法中，誦持大慈三昧光大悲
海雲經，以此功德，願於未來過算數劫，註19必得
成佛，而號彌勒。』於是捨家，即入深山，註20



長髮為相，修行梵行，八千歲中，少欲無事，
乞食自活，誦持是經，一心除亂。^{註21}

「波時，世間有雨星現，國王姪荒，慧星^{註22}

橫流，連雨不止，洪水暴漲，仙人端坐，不得
乞食，經歷七日。時波林中有五百白兔，有一
兔王，母子二獸見於仙人七日不食，而作是言
：『今此仙人為佛道故，不食多日，命不云遠^{註23}
，法幢將崩，法海將竭，我今當為無上大法令^{註24}
得久住，不惜身命。』即告諸兔：『一切諸

行皆悉無常，衆生愛身，空生空死註⑳，未曾爲法，我今欲爲一切衆生作大橋樑，令法久住，供養法師。』爾時兔王即爲群兔而說偈言：

若有畜生類

得聞諸佛名

永離三惡道註㉑

不生八難處註㉒

若聞法奉行

生處常值佛

信法無疑惑

歸依賢聖僧

隨順諸戒行

如是疾得佛

必至大涅槃

常受無上樂



爾時兔王說此偈已，告諸兔言：『我今以身欲供養法，汝等宜當各各隨喜，所以者何？我從多劫，喪身無數，三毒所使，為鳥獸形，唐生唐死，未曾為法，吾今欲為無上法故，棄捨身命，供養法師。』時，山樹神即積香薪，以火燃之。兔王母子圍繞仙人足滿七匝，白言：『大師！我今為法供養尊者。』仙人告言：『汝是畜生，雖有慈心，何緣能辦？』兔白仙人：『我自以身供養仁者，為法久

住，令諸衆生得饒益故。』作此語已，即語其子：『汝可隨意求覓水草，繫心思維，正念三寶。』爾時兔子聞母所說，跪白母言：『如尊所說無上大法，欲供養者，我亦願樂。』作此語已，自投火中，母隨後入。當於菩薩捨身之時，天地大動，乃至色界及與諸天，皆雨天華，持用供養。肉熟之後，時山樹神白仙人言：『兔王母子爲供養故，投身火中，今肉已熟，汝可食之。』時波仙人聞樹神語，悲不



能言，以所誦經書置樹葉，又說偈曰：

寧當燃身破眼目 不忍行殺食衆生

諸佛所說慈悲經 波經中說行慈者

寧破骨髓出頭腦 不忍噉肉食衆生

如佛所說食肉者 此人行慈不滿足

常受短命多病身 迷沒生死不成佛

時波仙人說此偈已，因發誓言：『願我世世

不起殺想，恆不噉肉，入白光明慈三昧，乃

至成佛，制斷肉戒。』作此語已，自投火

註③④

註③④

坑，與兔併命。註35是時，天地六種震動，天神

力故，樹放光明，金色晃曜。註36照千國土。時

波國中諸人民等，見金色光從山樹出，尋光

來至，既見仙人及與二兔死在火中，見所說

偈，併得佛經，持還上王。註37王聞此法，傳告

共宣，令聞此者，皆發無上正真道心。」

佛告式乾：「汝今當知，爾時白兔王者

，今現我身釋迦文尼佛是。時兔兒者，今羅

睺羅是。註38時誦經仙人者，今此衆中婆羅門子



彌勒菩薩摩訶薩是；我涅槃後五十六億萬歲，當於穰佉轉輪聖王國土，註40華林園中金剛座處，龍華菩提樹下得成佛道，轉妙法輪。時五百群兔者，今摩訶迦葉五百比丘是。時二百五十山樹神者，舍利弗目犍連等二百五十比丘是。時千國王，跋陀婆羅等千菩薩是。波王國土諸人民等得聞經者，註41從我出世乃至樓至，於其中間受法弟子得道者是。」

佛告式乾：「菩薩求法，勤苦歷劫，不

惜身命，雖復從報受畜生身，常能為法不惜軀命，投於火坑，以身供養，便得超越九百萬億劫生死之罪，於是得在恆河沙等無量諸佛先，註先彌勒前得成佛道，汝等云何不勤為法？」佛說是語時，式乾等五百梵志求佛出家，佛言：「善來！」鬚髮自落，即成沙門。佛為說法，豁然意解，註成阿羅漢，八萬諸天亦發阿耨多羅三藐三菩提心。時會大眾聞佛所說，各各稱讚菩薩所行。



舍利弗白佛言：「時波仙人投火坑已，爲生何處？」佛告舍利弗：「時波仙人投火坑已，生於梵世，普爲一切說大梵法，乃至成佛轉大梵輪，所說經典亦名慈三昧光大悲海雲，所制波羅提木叉，不行慈者名犯禁人。其食肉者犯於重禁，後身生處常飲熱銅，至波仙人得作佛時，如彌勒菩薩下生經說。」

尊者阿難聞佛所說，即從座起，偏袒右肩，右膝著地，合掌向佛，又手長跪而白佛言：

「世尊！彌勒成佛所說戒法，乃以慈心制不食肉，（食肉者）為犯重禁，甚奇甚特。」註④時會大衆，異口同音皆共稱讚波國衆生不食肉戒，願生波國。世尊悉記，當得往生。

尊者阿難復白佛言：「當何名此經？云何受持之？」佛告阿難：「此法之要，名曰兔王菩薩不惜身命為無上道，亦名一切智光明仙人慈心因緣不食肉經，如是受持。」尊者阿難及諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。



【註釋】一切智光明仙人慈心因緣不食肉經

- ① 結髮梵志：帶髮修行人，即佛陀的在家弟子。
- ② 威儀庠序：威儀和穆。
- ③ 間廁：間錯、間次、參雜排列。
- ④ 臺閣：金臺上的七寶樓閣。
- ⑤ 牟尼尊：釋迦牟尼佛。
- ⑥ 倫匹：可與比擬。
- ⑦ 釋迦文：釋迦牟尼佛。
- ⑧ 天尊：世尊。
- ⑨ 式乾梵志：以式乾（人名）為代表之五百位在家弟子。
- ⑩ 諦聽：仔細的聽。
- ⑪ 善思念之：好好的想。

⑫ 阿僧祇劫：極長極久的時間。阿僧祇是數量的單位，劫是時間的單位。

⑬ 四無量法：即慈悲喜捨四無量心。

⑭ 無有疑慮：毫無疑問。

⑮ 婆羅門：外道修行人。

⑯ 綜練：熟練。

⑰ 難詰：質詢。

⑱ 屈：屈服，此指無法使彌勒佛屈服。

⑲ 發阿耨多羅三藐三菩提心：發起無上正等正覺成佛的心。

⑳ 過算數劫：過了極長的時間。

㉑ 乞食自活：乞食為生。

㉒ 一心除亂：一心不亂。

㉓ 雨星：古代傳說，雨星出現，久雨不止。



- ②4 命不云遠：命不長久。
- ②5 法幢將崩：佛法將滅。
- ②6 法海將竭：佛法將滅。
- ②7 空生空死：白白輪迴生死，沒有意義。
- ②8 三惡道：地獄、餓鬼、畜生合稱三惡道，也稱三途。
- ②9 八難處：八種障礙，無法見聞佛法僧三寶，即地獄、餓鬼、畜生、長壽夭、北俱盧洲、盲聾瘖啞、世智辯聰、佛前佛後。
- ③0 三毒所使：被貪瞋癡三毒所役使。
- ③1 唐生唐死：即空生空死，了無意義。
- ③2 七匝：七圈。
- ③3 噉肉：吃肉。
- ③4 三昧：正定。
- ③5 僅命：一同喪命。

③6 晃耀：照耀。

③7 發無上正真道心：發無上菩提心。

③8 羅睺羅：佛陀俗家之獨生子，後隨佛出家，證阿羅漢道。

③9 穰佉轉輪聖王：彌勒佛下生時，統治全世界之轉輪王。

④0 樓至：即樓至如來，此賢劫最後成佛者。樓至佛入滅後，娑婆即毀滅。

④1 無量諸佛先：得成佛道：比許多的佛先成就佛道。

④2 豁然意解：心開意解。

④3 梵世：佛世。

④4 大梵法：佛法。

④5 波羅提木叉：戒律。

④6 叉手：雙手合十。

④7 甚奇甚特：甚為奇特。



【語譯】一切智光明仙人慈心因緣不食肉經

我是這樣聽佛陀說的：有一天，佛陀在摩伽提國寂滅道場、彌加女村自在天祠精舍。那時，有迦波利婆羅門的兒子，名叫彌勒，全身金黃色，具有三十二大丈夫相及八十隨形好。身體以黃金妝飾，又放出銀色光明，有如一座白銀山，光明無量，來到佛所。世尊正與一千二百五十個比丘在樹林中散步經行，又有在家弟子五百人跟隨在後。大眾見到彌勒威儀和穆，相好清淨，對著世尊五體投地，恍如一座崩倒的銀山。虛空中，有金色蓮花和各種寶物間次排列，金色蓮花裏有金色花臺，花

臺上有七寶建造的樓閣。在樓閣中，有美妙的音聲說著偈語：

我見牟尼尊，
面貌常清淨，
百福相奇特，
世間無倫匹。
煩惱垢永盡，
智慧悉成滿，
一向常歸命，
身心無疲倦。
故我以五體，
欲得勝安樂，
脫苦無所畏，
敬禮釋迦文。

在家弟子五百人，見聞這件事後，稟告佛陀說：「世尊！這個童子威儀和穆，光明無量，與佛一樣，不知在那個佛世開始發道心？受持那部佛經？但願世尊為我



們解說。」

佛陀告訴式乾等五百位在家弟子：「你們注意聽，好好的想，我為你們分析解說，讓大家歡喜。過去很久很久以前，有個世界名叫勝花敷，有佛出現名叫彌勒，以慈悲喜捨四無量法教化一切眾生。彌勒佛說的經，名叫慈三昧光大悲海雲經，若有人聽聞，能消除百億萬劫生死罪惡，而且日後必定成佛，毫無疑問。那時，有個外道修行人，名叫一切智光明，聰明多智，博覽群經，世間六十四種學問無不熟練。聽到佛出現世間，演說慈三昧光大悲海雲經，就以世間一切的議論去質詢彌勒佛。各種言詞用盡，也贏不了佛，於是拜彌勒佛為師，成

為佛弟子。不久，發無上菩提成佛的心，立下誓願：『今天我在佛法中，誦持慈三昧光大悲海雲經，以這個功德，希望在未來久遠以後成佛，佛名也叫彌勒。』於是離家進入山裏，留著長髮，修學清淨行。八千年中，清心寡欲，乞食為生，誦持慈三昧光大悲海雲經，一心不亂。」

「那時，世間有兩星出現，國王荒淫無道，慧星滿天飛，天空大雨下不停，洪水暴漲。一切智光明仙人整日禪坐，無法外出乞食，經過七天。樹林中有五百隻白兔，以一隻母兔為王，兔王生有一隻兔子。母子二兔見到仙人七天沒有食物吃，互相討論說：『這個仙人為了



修行佛道，已經七天沒有進食，再這樣下去，有餓死的危險，如果他餓死，佛法將跟著中斷結束。我們應當為了讓無上的佛法長留世間，不惜犧牲身命。」於是兔王告訴其他的兔子說：『一切事物都是無常，眾生貪愛肉身，白白輪迴生死，從來不曾為佛法作出貢獻。今天我要做佛法和眾生間的橋樑，為了讓佛法久留世間，供養法師。』母兔王接著為兔子們說出下面的偈語：

若有畜生類， 得聞諸佛名，
永離三惡道， 不生八難處。
若聞法奉行， 生處常值佛，
信法無疑惑， 歸依賢聖僧。

隨順諸戒行，
如是疾得佛，

必至大涅槃，
常受無上樂。

母兔王說完偈語，又告訴兔子們說：『我今天要以身體供養佛法，你們應當隨喜讚歎。為什麼呢？我從遠古以來，輪迴生死多次，被貪瞋癡三毒控制，常墮落鳥獸畜生身，白白生死，從沒有對佛法有所幫助。如今，為了無上的佛法，我要犧牲身命，供養法師。』那時，山樹神立刻聚集一堆香木，並引燃木材。兔王母子到仙人處，圍著仙人繞七圈後說：『大師！今天我要為了佛法供養您。』仙人說：『你們是畜生身，雖然有慈悲心，但又能怎樣呢？』兔王回答仙人：『為了讓佛法長留世間



，為了令眾生得到利益，我要用肉身來供養您。」說完，拜別離去。母兔告訴子兔：『往後我無法再照料你，你要自己尋找水草，專心思惟，正念三寶。』子兔聽完，跪著說：『如您說的，您要以身供養無上的佛法，我也樂意供養』。說完，跳入火堆中，母兔也立即跳進去。當兔王母子二菩薩捨身時，天地大震動，從欲界到色界各層天，都降下天花來供養菩薩。肉燒熟後，山樹神去稟告仙人：『兔王母子為了供養您，投身火中，現在肉已燒熟，請接受供養。』仙人聽了，傷心不已，立即趕到菩薩捨身處，將慈三昧光大悲海雲經放在樹葉上，悲痛中說了以下的偈語：

寧當燃身破眼目，
不忍行殺食眾生，
諸佛所說慈悲經，
彼經中說行慈者，
寧破骨髓出頭腦，
不忍噉肉食眾生。
如佛所說食肉者，
此人行慈不滿足，
常受短命多病身，
迷沒生死不成佛。

仙人說完偈語，立下誓言：『願我生生世世對眾生不起殺念，永不吃眾生肉，入白光明慈三昧，直到成佛，制訂斷肉戒。』說完，跳入火中，與兔王母子一同喪命。這時，天地六種震動，天人施展神力，樹林放出金色光明，照耀一千個國土。眾人見到金色光芒從樹林中射出，循著金光來到林中，看到仙人及二隻兔子死於火中，也見到仙人留



下的偈語和慈三昧光大悲海雲經，就把這些東西帶回去，獻給國王。各國國王知道後，都非常感動，下令廣為流傳，讓看到聽到的人，都能發起無上菩提心。」

佛陀告訴式乾等五百在家弟子：「你們要知道，當時的白兔王，就是今天的我釋迦牟尼佛。當時的子兔，就是今天我的孩子羅睺羅。那時候的仙人，就是眼前這位婆羅門的兒子，彌勒菩薩摩訶薩。我涅槃後五十六億七千萬年，他將轉世在穰佉轉輪聖王的國土，長大後，在華林園中，龍華菩提樹下的金剛座處成佛，轉妙法輪。當時的五百隻兔子，就是現在的大迦葉等五百比丘。那時的二百五十位山樹神，就是今天的舍利弗目犍連等二百五十比丘。當

時的一千個國王，就是現在的跋陀婆羅等一千菩薩。那時一千個國家中的人民，有聽聞仙人和兔王母子事蹟，或見聞慈三昧光大悲海雲經的人，就是從我成佛到賢劫最後成佛的樓至如來，在這當中，受持佛法而得道的弟子。」

佛陀告誡式乾等五百在家弟子：「菩薩求法，累劫勤苦修行，甚至不惜捨棄身命。雖然受業報墮畜生身，還能夠法犧牲身命，投入火坑，用肉身供養。因此超越九百萬億劫生死重罪，比許許多多的佛先成就菩提，而在彌勒佛的前面成佛。你們既然得人身，為什麼不能為法勤苦修行呢？」話一說完，式乾等五百在家弟子，立刻請求佛陀允許他們出家。佛陀說：「善來比丘！」五百人頭髮鬚鬚自



動掉落，法衣自然披在身上，即刻現出家相。佛陀為他們說法，心開意解，頓時成就阿羅漢道。在場八萬個天人也跟著發無上菩提心，法會大眾聽聞佛陀開示，個個稱讚兔王母子二菩薩的作為。

舍利弗稟告佛陀說：「當時那個仙人投入火坑後，轉生到那裏去？」佛陀告訴舍利弗：「仙人投入火坑後，出生於佛世，為一切大眾說佛法。最後成佛轉法輪時，所說的經典也叫慈三昧光大悲海雲經，所制定的戒律，不實行慈悲行的人是違背戒律。吃肉的人是觸犯諸佛重大禁令，生生世世常在地獄，受飲用熱銅汁的刑罰，直到仙人成佛時才能解脫，如同我在彌勒菩薩下生經中所說的。」

尊者阿難聽完，從座位起身，偏袒右肩，右膝跪在地上，雙手合十稟告佛陀：「世尊！彌勒菩薩成佛後所制訂的戒律，是以慈悲心規定不可吃肉，吃肉的人違反重大禁令，真是非常奇特！」法會大眾一致稱讚彌勒佛國的眾生，遵守不吃肉的戒律，共發誓願，希望能投生彌勒佛國。世尊都給予授記，大家必能如願往生。

阿難尊者又稟告佛陀說：「怎樣稱呼這部經？要怎樣受持？」佛陀回答說：「這部經，名叫兔王菩薩不惜身命為無上道經，也叫一切智光明仙人慈心因緣不食肉經，應這樣受持。」阿難尊者及比丘們聽完佛陀的說法，都歡喜接受，遵照奉行。



楞伽經一切佛語心品之四——遮禁食肉

爾時，大慧菩薩以偈問曰：

波諸菩薩等，志求佛道者，
酒肉及與葱，飲食為云何？
惟願無上尊，哀愍為演說。
愚夫所貪著，臭穢無名稱，
虎狼所甘嗜，註①云何而可食？

劉宋天竺三藏法師
求那跋陀羅譯

食者生諸過，不食為福善，
惟願為我說，食不食罪福。註2

大慧菩薩說偈問已，復白佛言：「惟願世尊，為我等說食不食肉功德過惡。我及諸菩薩於現在未來，當為種種希望食肉衆生，分別說法，令波衆生慈心相向。得慈心已，各於住地清淨明了，疾得究竟無上菩提。聲聞緣覺註3自地止息已，亦得速成無上菩提。惡邪論法，諸外道輩，邪見斷常，顛倒計著，尚有



遮法，不聽食肉。況復如來，世間救護，正法成就，而食肉耶？」

佛告大慧：「善哉善哉！諦聽諦聽，善思念之，當為汝說。」大慧白佛言：「唯然受教」。佛告大慧：「有無量因緣不應食肉，然我今當為汝略說。謂一切衆生從本已來，展轉因緣，嘗為六親^{註⑦}，以親想故，不應食肉。驢騾駱駝狐狗牛馬人獸等肉，屠者雜賣故，不應食肉。不淨氣分所生長故，不應食

肉。衆生聞氣，悉生恐怖，如旃陀羅及譚婆註⑧等，狗見憎惡，驚怖群吠故，不應食肉。又令修行者慈心不生故，不應食肉。凡愚所嗜，臭穢不淨，無善名稱故，不應食肉。令諸咒術不成就故，不應食肉。以殺生者，見形起識，深味著故，不應食肉。波食肉者，諸天所棄故，不應食肉。令口氣臭故，不應食肉。多惡夢故，不應食肉。空閒林中虎狼聞香故，不應食肉。令飲食無節故，不應食肉註⑨



。令修行者不生厭離故，不應食肉。我嘗說
言，凡所飲食，作食子肉想，作服藥想故，
不應食肉。聽食肉者，無有是處。」

「復次大慧！過去有王，名師子蘇陀婆
，食種種肉，遂至食人。臣民不堪，即便謀
反，斷其俸祿，以食肉者有如是過故，不應
食肉。復次大慧！凡諸殺者，為財利故、殺
生屠販。波諸愚癡食肉衆生，以錢為網而捕
諸肉。波殺生者，若以財物，若以鈎網，取

波空行水陸衆生，種種殺害，屠販求利。大
慧！亦無不教、不求、不想，^{註⑬}而有魚肉，以
是義故，不應食肉。大慧！我有時說，遮五
種肉，^{註⑭}或制十種，^{註⑮}今於此經，一切種，^{註⑯}一切
時，^{註⑰}開除方便，^{註⑱}一切悉斷。^{註⑲}大慧！如來應供
等正覺，尚無所食，況食魚肉，亦不教人。
以大悲前行故，視一切衆生，猶如一子，^{註⑳}是
故不聽令食子肉。^㉑」

爾時，世尊欲重宣此義而說偈言：





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·四六

曾悉為親屬，鄙穢不淨雜，
不淨所生長，聞氣悉恐怖，
一切肉與葱，及諸韭蒜等，
種種放逸酒，修行常遠離，
亦常離麻油，及諸穿孔牀，
以波諸細蟲，於中極恐怖，
飲食生放逸，註22放逸生諸覺，
從覺生貪欲，是故不應食。



由食生貪欲，
貪令心迷醉，
迷醉長愛欲，
生死不解脫。
為利殺衆生，
以財網諸肉，
二俱是惡業，
死墮叫呼獄。
若無教想求，
則無三淨肉，
波非無因有，
是故不應食。
波諸修行者，
由是悉遠離，
十方佛世尊，
一切咸呵責。





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·四八

展轉更相食，
臭穢可厭惡，
多生旃陀羅，
或生陀夷尼^{註23}，
羅刹貓狸等，
縛象與大雲^{註24}，
及此楞伽經，
諸佛及菩薩，
死墮虎狼類，
所生常愚癡，
獵師譚婆種，
及諸食肉性，
漏於是中生^{註25}，
央掘利魔羅^{註26}，
我悉剗斷肉，
聲聞所呵責，



食已無慚愧，生生常癡冥。
先說見聞疑，已斷一切肉，
妄想不覺知，故生食肉處。
如波貪欲過，障礙聖解脫，
酒肉葱韭蒜，悉為聖道障。
未來世衆生，於肉愚癡說，
言此淨無罪，佛聽我等食。
食如服藥想，亦如食子肉，





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·五〇

知足生厭離，
安住慈心者，
虎狼諸惡獸，
若食諸血肉，
是故修行者，
食肉無慈悲，
及違聖表相，
得生梵志種，
智慧富貴家，
修行行乞食。
我說常厭離，
恒可同遊止。
衆生悉恐怖，
慈心不食肉。
永背正解脫，
是故不應食。
及諸修行處，
斯由不食肉。

【註釋】楞伽經一切佛語心品之四——遮禁食肉

① 甘嗜：喜歡吃。

② 罪福：罪惡與福善。

③ 聲聞緣覺：依止苦集滅道四聖諦修行之佛弟子，稱為聲聞。無佛法時代，依循十二因緣法修行的人，稱為緣覺。

④ 自地止息：受持止息戒，即受持「遠離一切殺業」之戒律。

⑤ 邪見斷常：二種外道邪見，一是偏執世間及自我終歸斷滅，稱為斷見邪見。一是認為世間及自我不滅，能再生相續，稱為常見邪見。



- ⑥ 遮法：猶言「禁令」。
- ⑦ 嘗為六親：曾經是父、母、兄、弟、妻、子六種親屬關係。
- ⑧ 旃陀羅：屠夫。
- ⑨ 譚婆：獵人或吃狗肉的人。
- ⑩ 無節：不知節制。
- ⑪ 不生厭離：不生厭離食、色、名、利、睡五欲，乃至生死。
- ⑫ 聽（去）：允許。
- ⑬ 不教、不求、不想：不指使、不自作、不想要。
- ⑭ 遮五種肉：五種情況下的肉不許吃，即見殺、聞殺、疑為已殺、非自死、非鳥



獸吃剩的肉。

⑮ 制十種：制訂十種不可食用的肉類，即人、象、牛、馬、驢、豬、狗、猴、蛇、鳥等十種。

⑯ 一切種：一切種類的眾生肉。

⑰ 一切時：任何時間。

⑱ 開除方便：沒有任何例外或情況。

⑲ 一切悉斷：一切肉類都要斷除。

⑳ 一子：獨生子。

㉑ 不聽令：不允許。

㉒ 飲食：此指飲酒食肉。

㉓ 陀夷尼：一種夜叉鬼。

㉔ 縛象與大雲：縛象和大雲，都是佛經名。

㉕ 央掘利魔羅：佛經名。



學佛與素食——諦聽佛陀的說法·五四



曾悉為親屬 鄙穢不淨雜
不淨所生長 聞氣悉恐怖

摘自楞伽經

【語譯】楞伽經一切佛語心品之四——遮禁食肉

大慧菩薩以偈語請問佛陀說：

彼諸菩薩等，志求佛道者，

酒肉及與葱，飲食為云何？

惟願無上尊，哀愍為演說。

愚夫所貪著，臭穢無名稱，

虎狼所甘嗜，云何而可食？

食者生諸過，不食為福善，

惟願為我說，食不食罪福。



大慧菩薩說完，又稟告佛陀說：「祈求世尊為我們演說，不吃肉的功德和吃肉的罪過。使我與諸菩薩從現在到未來，對種種希望吃肉的眾生分析開示，讓他們都起慈悲心。有了慈悲心，對於三界內的見思煩惱能清淨明了，迅速獲得無上菩提。聲聞緣覺受持遠離殺業的止息戒後，也能迅速得到無上菩提。那些邪知邪見、顛倒妄想、執著常見斷見的外道，都會制定禁令，不許徒眾吃肉。何況是正法成就，救護世間的如來，會允許弟子吃肉嗎？」

佛陀告訴大慧菩薩：「很好！你問的好！仔細的聽，好好的想，我為你解說。」大慧回答：「是的世尊，

敬請教誨。」佛陀告訴大慧菩薩：「有許多的原因不該吃肉，今天我為你簡單的解說。六道一切眾生，從無始以來展轉輪迴，曾經互相是父母、兄弟、夫妻等六親眷屬的關係，既然曾經是六親眷屬，所以不應該吃肉。驢駱駝、狐狗牛馬人獸等肉，屠夫混雜出售，骯髒不淨，所以不該吃肉。一切的肉，都是精血污穢的合成，所以不該吃肉。畜生聞到吃肉人的氣息，會起恐怖心，就像狗見到屠夫、獵人及吃狗肉的人，會怨恨害怕，狂吠不停，所以不該吃肉。吃肉會使修行人無法生出慈悲心，所以不該吃肉。肉類是愚癡凡夫愛吃的食物，又髒又臭，沒有好名稱，所以不該吃肉。吃肉會使定心散亂，



所持的咒術無法成就，所以不該吃肉。習慣吃肉的人，沉著於肉味，見到畜生，會興起殺來吃的念頭，所以不該吃肉。吃肉的人，諸天嫌臭，厭惡遠離，所以不該吃肉。吃肉會使口裏發出臭味，所以不該吃肉。吃肉的人會常做惡夢，所以不該吃肉。吃肉的人在森林中，身體的氣味會引來老虎野狼等猛獸，所以不該吃肉。吃肉會使飲食過量，不知節制，所以不該吃肉。吃肉會使修行人沉著五欲，難以興起出離生死的心，所以不該吃肉。我曾經說過，進食時應當成是在吃孩子的肉，也像是在吃藥一般，所以不該真正吃肉。如果說我允許弟子吃肉，那是絕對不可能的事。」

「大慧！過去有個國王，名叫師子蘇陀婆，喜歡吃各種肉，最後甚至吃起人肉。臣子人民無法忍受，就聯合起來造反，把國王趕下臺。吃肉有這麼多的過失，所以不該吃肉。大慧！殺生的人為了金錢利益，宰殺畜生來賣。愚癡吃肉的人，雖無直接殺生，卻用金錢組成的羅網，誘惑他人去捕殺畜生。殺生的人，為了錢財，用鈎子、羅網、陷阱、弓箭等種種工具，捕捉殺害眾生，販賣圖利。大慧！如果沒有想吃肉的人，沒有親自動手去捕捉，沒有指使別人去捕殺，就不會有殺生賣肉的事了，所以不該吃肉。大慧！我有時說，不允許吃見殺、



聞殺、疑為己殺、非自己死亡、非鳥獸吃剩等五種情況的肉。有時候不允許吃人象牛馬驢豬狗猴蛇鳥等十種肉。今天在此楞伽經中規定，任何時候，任何情況，一切種類的眾生肉都不可以吃。大慧！如來應供等正覺，以禪悅法味為食，不吃一般凡夫的食物，怎麼可能去吃魚吃肉呢？不但自己不吃，也不教導別人吃。因為佛法以大悲心為前提，看待一切眾生如同自己的獨生子，所以絕不允許眾生吃自己孩子的肉。」

這時，世尊為了再次宣說斷除肉食的義理，說了如下的偈語：



曾悉為親屬，鄙穢不淨雜，
不淨所生長，聞氣悉恐怖。
一切肉與葱，及諸韭蒜等，
種種放逸酒，修行常遠離。
亦常離麻油，及諸穿孔牀，
以彼諸細蟲，於中極恐怖。
飲食生放逸，放逸生諸覺，
從覺生愛欲，是故不應食。
由食生貪欲，貪令心迷醉，
迷醉長愛欲，生死不解脫。
為利殺眾生，以財網諸肉，





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·六二

二俱是惡業，死墮叫呼獄。
若無教想求，則無三淨肉，
彼非無因有，是故不應食。
彼諸修行者，由是悉遠離，
十方佛世尊，一切咸呵責。
展轉更相食，死墮虎狼類，
臭穢可厭惡，所生常愚癡。
多生旃陀羅，獵師譚婆種，
或生陀夷尼，及諸食肉性，
羅剎貓狸等，徧於是中生。



縛象與大雲，
央掘利魔羅，
及此楞伽經，
我悉制斷肉。
諸佛及菩薩，
聲聞所呵責，
食已無慚愧，
生生常癡冥。
先說見疑聞，
已斷一切肉，
妄想不覺知，
故生食肉處。
如彼貪欲過，
障礙聖解脫，
酒肉葱韭蒜，
悉為聖道障。
未來世眾生，
於肉愚癡說，
言此淨無罪，
佛聽我等食。

楞伽經一切佛語心品之四——遮禁食肉·六三





食如服藥想，亦如食子肉，
知足生厭離，修行行乞食。
安住慈心者，我說常厭離，
虎狼諸惡獸，恒可同遊止。
若食諸血肉，眾生悉恐怖，
是故修行者，慈心不食肉。
食肉無慈悲，永背正解脫，
及違聖表相，是故不應食。
得生梵志種，及諸修行處，
智慧富貴家，斯由不食肉。

大乘入楞伽經斷食肉品

唐于闐三藏沙門
實叉難陀奉制譯

爾時，大慧菩薩摩訶薩復白佛言：「世尊！願為我說食不食肉功德過失，我及諸菩薩摩訶薩知其義已，為未來現在報習所熏食註①肉衆生而演說之，令捨肉味，求於法味，於一切衆生起大慈心，更相親愛，如一子想，住菩薩地，得阿耨多羅三藐三菩提。或二乘



地暫時止息，究竟當成無上正覺。世尊！路伽耶等諸外道輩，起有無見，^{註②}執著斷常，尚有遮禁不聽食肉，何況如來應正等覺，大悲含育，世所依怙，^{註③}而許自他俱食肉耶？善哉世尊！具大慈悲，哀愍世間，^{註④}等觀衆生猶如一子，願為解說食肉過惡，不食功德，令我及與諸菩薩等，聞已奉行，廣為他說。」爾時，大慧菩薩重說頌言：

菩薩摩訶薩，志求無上覺，
酒肉及與葱，為食為不食？
愚夫貪嗜肉，臭穢無名稱，
與波惡獸同，云何而可食？
食者有何過，不食有何德，
唯願最勝尊，註⑤為我具開演。

爾時，佛告大慧菩薩摩訶薩言：「大慧
！諦聽諦聽，善思念之，吾當為汝分別解說
。大慧！一切諸肉有無量緣，菩薩於中當生



悲愍，不應噉食，我今為汝說其少分。大慧！一切衆生從無始來，在生死中輪迴不息，靡不曾作父母、兄弟、男女眷屬，乃至朋友、親愛、侍使。註⑥易生而受鳥獸等身，云何於中取之而食？大慧！菩薩摩訶薩觀諸衆生同於己身，念肉皆從有命中來，云何而食？大慧！諸羅刹等聞我此說，尚應斷肉，況樂法人。大慧！菩薩摩訶薩在在生處，觀諸衆生皆是親屬，乃至慈念如一子想，是故不應食

一切肉。大慧！衢路市肆諸賣肉人，或將犬註⑦馬人牛等肉，為求利故而販鬻之，如是雜穢註⑧，云何可食？大慧！一切諸肉皆是精血汙穢所成，求清淨人云何取食？大慧！食肉之人，衆生見之，悉皆驚怖，修慈心者云何食肉？大慧！譬如獵師及旃陀羅、捕魚網鳥諸惡人等，狗見驚吠，獸見奔走，空飛水陸一切衆生若有見之，咸作是念：『此人氣息猶如羅刹，今來至此，必當殺我！』為護命故，



悉皆走避。食肉之人亦復如是，是故菩薩為修慈行，不應食肉。大慧！夫食肉者，身體臭穢，惡名流布，賢聖善人不用親狎，是故菩薩不應食肉。大慧！夫血肉者，衆仙所棄，群聖不食，是故菩薩不應食肉。大慧！菩薩為護衆生信心，令於佛法不生譏謗，以慈愍故，不應食肉。大慧！若我弟子食噉於肉，令諸世人悉懷譏謗，而作是言：『云何沙門修淨行人，棄捨天仙所食之味，猶如惡獸

食肉滿腹，遊行世間，令諸衆生悉懷驚怖，
壞清淨行，失沙門道？是故當知佛法之中無
調伏行。^{註⑩}』菩薩慈愍，為護衆生，不令生於
如是之心，不應食肉。大慧！如燒人肉，其
氣臭穢，與燒餘肉等無差別，云何於中有食
不食？是故一切樂清淨者不應食肉。大慧！
諸善男女，塚間樹下，阿蘭若處寂靜修行，
或住慈心，或持咒術，或求解脫，或趣大乘
，以食肉故，一切障礙，不得成就，是故菩



薩欲利自他，不應食肉。大慧！夫食肉者，見其形色已，則生於貪滋味心，菩薩慈念一切衆生猶如己身，云何見之而作食想？是故菩薩不應食肉。大慧！夫食肉者，諸天遠離，口氣常臭，睡夢不安，覺已憂悚，夜叉惡鬼奪其精氣，心多驚怖，食不知足，增長疾病，易生瘡癬，恆被諸蟲之所啖食，不能於食深生厭離。大慧！我常說言：凡所食噉，作子肉想。餘食尚然，云何而聽弟子食肉？

註⑩

註⑪

註⑫

大慧！肉非美好，肉不清淨，生諸罪惡，敗諸功德，諸仙聖人之所棄捨，云何而許弟子食耶？若言許食，此人謗我！大慧！淨美食者，應知則是粗米、粟米、大小麥、豆酥油、石蜜註18如是等類，此是過去諸佛所許，我所稱說。我種姓中，諸善男女，心懷淨信，久植善根，於身命財不生貪著，慈愍一切猶如己身，如是之人之所應食，非諸惡習虎狼性者心所愛重。大慧！過去有王，名師子生，



耽著肉味，食種種肉，如是不已，遂至食人。臣民不堪，悉皆離叛，亡失國位，受大苦惱。大慧！釋提桓因處天王位，以於過去食肉餘習，變身為鷹而逐於鴿。我時作王，名曰尸毗，愍念其鴿，自割身肉以代其命。大慧！帝釋餘習，尚惱衆生，況餘無慚常食肉者，當知食肉自惱惱他，是故菩薩不應食肉。大慧！昔有一王乘馬遊獵，馬驚奔逸，入於山險，既無歸路，又絕人居。有牝獅子與同遊處，遂行醜行，

註⑱

註⑲

生諸子息。其最長者，名曰斑足，後得作王，領七億家。食肉餘習，非肉不食，初食禽獸，後乃至人，所生男女，悉是羅刹。轉此身已，復生獅子豺狼、虎豹鷓鷯等中，欲求人身終不可得，況出生死涅槃之道。大慧！夫食肉者，有如是等無量過失，斷而不食，獲大功德。凡愚不知如是損益，是故我今為汝開演，凡是肉者，悉不應食。大慧！凡殺生者，多為人食，人若不食，亦無殺事，是故食肉與殺同罪。奇



哉！世間貪著肉味，於人身肉尚取食之，況於鳥獸有不食者？以貪味故，廣設方便，置羅網罟，處處安施，水陸飛行皆被殺害。設自不食，為貪價值而作是事。大慧！世復有人，心無慈愍，專行慘暴，猶如羅刹，若見衆生其身充盛，便生肉想，言此可食。大慧！世無有肉，非是自殺、亦非他殺、心不疑殺而可食者，以是義故，我許聲聞食如是肉。大慧！未來之世，有愚癡人於我法中而為出家，妄說毗尼，壞

註②

註③

註④

亂正法，誹謗於我，言聽食肉，亦自曾食。大
慧！我若聽許註⑳聲聞食肉，我則非是住慈心者、
修觀行者、行頭陀者、趣大乘者，云何而勸諸
善男子及善女人，於諸衆生生一子想，斷一切
肉？大慧！我於諸處，說遮十種、許三種者，
是漸禁斷，令其修學。今此經中，自死他殺，
凡是肉者，一切悉斷。大慧！我不曾許弟子食註㉑
肉，亦不現許，亦不當許。大慧！凡是肉食，
於出家人悉是不淨。大慧！若有癡人，謗言如



來聽許食肉，亦自食者，當知是人惡業所纏，
必當永墮不饒益處。^{註35}大慧！我之所有諸聖弟子
，尚不食於凡夫段食，^{註36}況食血肉不淨之食。大
慧！聲聞緣覺及諸菩薩，尚唯法食，^{註37}豈況如來
？大慧！如來法身，非雜食身。大慧！我已斷
除一切煩惱，我已洗滌一切習氣，我已善擇諸
心智慧，大悲平等，普觀衆生猶如一子，云何
而許聲聞弟子食於子肉？何況自食！作是說者
，無有是處。^{註38}爾時，世尊重說頌言：



悉曾為親屬，
眾穢所成長，
恐怖諸含生，
是故不應食。
一切肉與葱，
韭蒜及諸酒，
如是不淨物，
修行者遠離。
亦常離麻油，
及諸穿孔牀，
以波諸細蟲，
於中大驚怖。
飲食生放逸，
放逸生邪覺，
從覺生於貪，
是故不應食。
邪覺生貪故，
心為貪所醉，

註
39





心醉長愛欲，生死不解脫。
為利殺衆生，以財取諸肉，
二俱是惡業，死墮叫喚獄。
不想不教求，此三種名淨，
世無如是肉，食者我呵責。
更互相食噉，死墮惡獸中，
臭穢而顛狂，是故不應食。
獵師旃荼羅^{註40}，屠兒羅刹娑，
此等種中生，斯皆食肉報。



食已無慚愧，
諸佛及菩薩，
象脇與大雲，
及此楞伽經，
先說見聞疑，
以其惡習故，
如貪障解脫，
若有食之者，
未來世衆生，
生生常顛狂，
聲聞所嫌惡，
涅槃央掘摩，
我皆剗斷肉，
已斷一切肉，
愚者妄分別，
肉等亦復然，
不能入聖道，
於肉愚癡說，





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·八二

言此淨無罪，佛聽我等食。
淨食尚如藥，猶如子肉想。
是故修行者，知量而行乞。
食肉背解脫，及違聖表相，
令衆生生怖，是故不應食。
安住慈心者，我說常厭離，
獅子及虎狼，應共同遊止。
若於酒肉等，一切皆不食，
必生賢聖中，豐財具智慧。

【註釋】大乘入楞伽經斷食肉品

- ① 報習所熏：業報習氣所熏染。
- ② 起有無見：執著有見或空見。
- ③ 依怙：依靠。
- ④ 哀憫：悲憫。
- ⑤ 最勝尊：世尊。
- ⑥ 易生：轉生、投胎。
- ⑦ 衢路市肆：街道邊、市場。
- ⑧ 販鬻（ㄩˇ）：販賣。
- ⑨ 親狎：親近。
- ⑩ 無調伏行：沒有調伏貪瞋癡三毒的方法。



- ⑪ 塚：墳墓。
- ⑫ 阿蘭若處：寂靜處。
- ⑬ 覺已憂悚：醒來憂鬱害怕。
- ⑭ 噉（PY）食：吃。
- ⑮ 餘食尚然：其他非肉類之食物尚且如此。
- ⑯ 粗米：糙米。
- ⑰ 粟米：小米。
- ⑱ 石蜜：冰糖或野蜂蜜。
- ⑲ 釋提桓因：亦稱帝釋，欲界第二天之天主，道家稱為玉皇上帝。
- ⑳ 牝（ㄉㄨㄣˋ）獅子：母獅子。
- ㉑ 醜行：姪行。
- ㉒ 網罟（ㄨㄩˇ）：網。



②3 自殺：親自動手殺。

②4 毗尼：戒律。

②5 聽（去）：允許。

②6 亦自曾食：指佛陀自己也曾經吃肉。

②7 聽（去）許：允許。

②8 行頭陀者：修苦行的人。

②9 趣大乘者：皈依佛道（菩薩道）的人。

③0 遮十種：禁止食用人、象、牛、馬、驢、

豬、狗、猴、蛇、鳥十種肉。

③1 許三種：允許食用不見殺、不聞殺、不疑

為已殺三種淨肉。

③2 曾許：過去曾經允許。

③3 現許：現在允許。

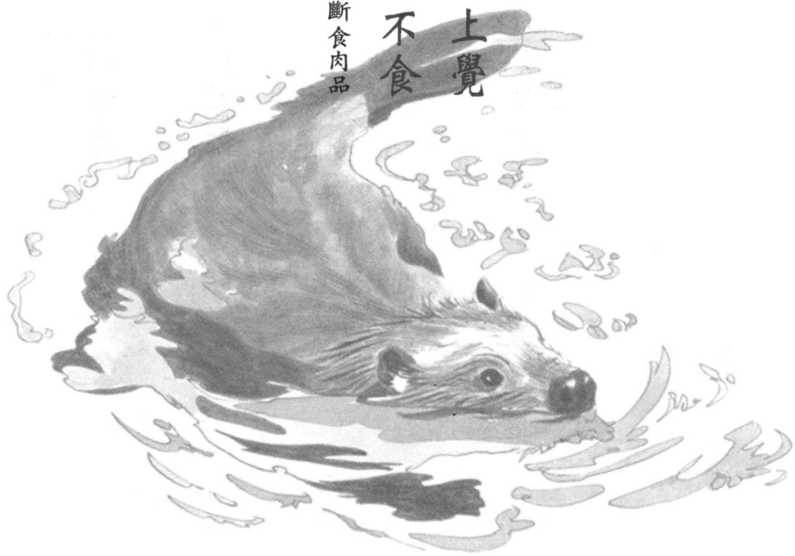


- ③④ 當許：未來會允許。
- ③⑤ 不饒益處：沒有佛法利益的地方，如三途八難處。
- ③⑥ 凡夫段食：凡夫三餐所吃的食物。
- ③⑦ 法食：以佛法為食。
- ③⑧ 無有是處：絕無此事，沒有這個道理。
- ③⑨ 舍生：眾生。
- ④⑩ 旃荼羅：屠夫，又稱旃陀羅。
- ④⑪ 象脇與大雲：象脇（縛象）及大雲，都是佛經名。
- ④⑫ 涅槃央掘摩：涅槃經、央掘摩（羅）經，都是佛經名。



菩薩摩訶薩 志求無上覺
酒肉及與蔥 為食為不食

摘自 大乘入楞伽經斷食肉品



大乘入楞伽經斷食肉品 · 八七



【語譯】大乘入楞伽經斷食肉品

大慧菩薩摩訶薩稟告佛陀：「世尊！祈請為我解說吃肉的過失與不吃肉的功德。我和諸位菩薩摩訶薩瞭解義理後，為現在未來受業報習氣所熏染、而嗜好吃肉的眾生演說，讓他們捨棄肉味，追求法味，對一切眾生起大慈心，互相親愛有如對待獨生子，安住菩薩地，得無上正等菩提。二乘人受持戒殺的止息戒後，也能成就無上正覺。世尊！像路伽耶等裸形外道，起有見或空見，執著斷見或常見，還會制訂戒律，不許徒眾吃肉。何況如來正等正覺，以大悲心教育感化眾生，是眾生最大的

依靠支柱，怎麼會自己吃肉，而且允許弟子吃呢？偉大的世尊！悲憫世間，看待一切眾生有如獨生子。請世尊解說吃肉的罪過及不吃肉的功德，讓我和其他菩薩聽聞後遵照奉行，廣為宣揚。」那時，大慧菩薩以偈語重問佛陀：

菩薩摩訶薩，志求無上覺，
酒肉及與葱，為食為不食？
愚夫貪嗜肉，臭穢無名稱，
與彼惡獸同，云何而可食？
貪者有何過，不食有何德，
唯願最勝尊，為我具開演。



佛陀告訴大慧菩薩摩訶薩：「大慧！仔細的聽，好好的想，我為你分析解說。大慧！由於無量的因緣，形成不同種類的肉身，菩薩在這當中應生悲愍心，不應該吃肉。今天我為你簡單的說明其中的因緣。大慧！一切眾生從無始以來，在生死中輪迴不息，期間曾經相互是父母、兄弟、夫妻眷屬，或是朋友、親人、主僕。因為業力影響，轉生作鳥獸身，怎麼可以殺來吃呢？大慧！菩薩摩訶薩看待眾生如同自己，想到肉類必須殺害眾生的命才能取得，怎麼吃得下呢？大慧！羅剎吃人鬼聽到我這樣說，都應當斷除吃肉惡習，何況是修行人。大慧！菩薩摩訶薩在任何地方，看一切的眾生都是自己的親屬，都要像自己的獨生子

般的疼愛，因此一切的肉類都不該吃。大慧！市場路邊賣肉的人，為了謀利，把人狗牛馬等不同種類的肉混雜出售，這樣骯髒混雜，怎麼可以吃呢？大慧！一切肉類都是精血污穢的合成，追求清淨的人怎麼可以吃呢？大慧！吃肉的人，畜生見了都會害怕，修行慈悲心的人怎麼可以吃呢？大慧！譬如捕捉魚類鳥獸的獵人，以及屠宰販售的屠夫，狗看到會害怕狂吠，鳥獸見到會驚慌走避。空中飛的、水中游的、陸地走的等一切眾生，看到獵人或屠夫，都會起這樣的念頭：『這個人的氣味像羅剎鬼，出現在這裏，必定是來殺我的！』為了逃命，趕緊走避。吃肉的人也是一樣，會讓眾生生起恐怖心，因此菩薩為了修慈悲行，不



應該吃肉。大慧！吃肉的人身體臭穢，惡名流傳，賢聖善人不來親近，所以菩薩不該吃肉。大慧！血肉是仙人離棄、聖人不吃的東西，所以菩薩不該吃肉。大慧！菩薩為了使眾生產生信心，對於佛法不生誹謗，因為慈悲，所以不該吃肉。大慧！如果我的弟子吃肉，讓世間人譏笑誹謗，大家會說：『為什麼佛門清淨修行人，捨棄天仙的禪悅法味，卻像惡獸般的吃肉，遊行世間，所到之處，讓眾生看了心驚恐怖，敗壞清淨行，失去沙門道？由此可見，佛法中沒有調伏貪欲、瞋恚、愚癡的方法。』菩薩慈悲，為了愛護眾生，不讓眾生有這樣的想法，所以不該吃肉。大慧！像燒死人屍體，味道腥臭，和燒煮其他動物的肉一樣，

既然都同樣腥臭，為什麼有該不該吃肉的問題呢？因此，所有樂意清淨修行的人都不該吃肉。大慧！善男子善女人，在墳墓邊、樹下等寂靜處修行，或修慈悲心，或持咒術，或求解脫生死，或求大乘佛法，只要吃肉，一切障礙，無法成就。所以，菩薩想要自利利他，不該吃肉。大慧！吃肉的人見到動物的形體肥美，就想殺來嚐味。菩薩慈念一切眾生有如愛護自己，怎麼可以看到動物就想殺來吃呢？所以菩薩不該吃肉。大慧！吃肉的人，天人遠離，口氣常臭，睡夢不安，醒來憂愁，夜叉惡鬼奪他的精氣，心多驚怖，飲食不知節制，身體多疾病，皮膚容易生瘡癬，常被蟲咬，對於飲食不能生出厭離心。大慧！我常說，進食



時就像在吃自己孩子的肉。吃清淨不是肉類的食物，都要這樣觀想，怎麼可能允許弟子吃肉呢？大慧！肉不美好，肉不清淨，吃肉有許多罪過，會敗壞所有功德，會被諸仙聖人捨棄，不來親近，因此，我怎麼可能允許弟子吃肉呢？如果有人說佛陀允許吃肉，這個人就是在誹謗我！大慧！所謂清淨美好的食物，指的是糙米、小米、大麥、小麥、豆酥油、蜂蜜、冰糖等等這類東西。這些食物是過去諸佛所許可，我也允許可以吃的。我弟子中，善男子善女人，心懷淨信，久種善根，對於身命錢財不生貪著，悲愍眾生如同愛護自己。這樣的弟子，應當吃我允許的食物，不該吃虎狼習性的人所愛吃的肉類

。大慧！過去有個國王，名叫師子生，沉迷肉味，吃各種動物的肉還不滿足，最後竟然吃人肉。臣民無法忍受，紛紛叛變，國王因而失去王位，受了許多煩惱痛苦。大慧！釋提桓因（帝釋）貴為忉利天王，因過去世有吃肉的習性，見到鴿子，還化成老鷹去追逐。那時我是個國王，名叫尸毗王，同情鴿子，就割下身上的肉餵老鷹，救了鴿子一命。大慧！忉利天王釋提桓因過去吃肉的習性，還會擾惱眾生，何況是沒有慚愧心常吃肉的人呢！可見吃肉會擾惱自己和他入，所以菩薩不該吃肉。大慧！過去有個國王，騎馬外出打獵，馬受到驚嚇逃跑，國王在山裏迷路，無法回家，附近又無人居住。有母獅



子來接近，就和母獅子有了姪行，生了孩子。最大的孩子叫斑足，後來成為斑足王，統領七億人家。因從小吃肉習慣，當了國王後，餐餐都要吃肉。開始是吃動物肉，最後吃起人肉來了，所生的孩子都是羅刹。斑足王及子女死後，都轉生在獅子、虎豹、豺狼、鷓鴣等肉食禽獸中，想出生為人類都不能，何況是了脫生死入涅槃呢！大慧！吃肉有這麼多的罪惡過失，斷除不吃，有大功德。愚癡凡夫不明白其中的功過道理，因此我今天為你解說，凡是眾生肉，都不可以吃。大慧！殺生是因為有人要吃，若沒人吃，就不會有人殺，所以吃肉和殺生同罪。真是奇怪！世間人貪著肉味，人肉都想吃，何況是

鳥獸的肉。因為貪圖肉味，所以處處佈下羅網，網羅殺害陸海空三路的眾生。縱使自己不吃，為了貪圖錢財利益，也會捕殺來出售。大慧！世間又有一種人，心無慈悲，行為殘暴有如羅刹，見到動物形體肥美，便想宰殺來吃，認為是人間美味。大慧！世間沒有任何一種肉，不是親手殺，不是他人殺，不是為了他人要吃而殺。因此，我允許聲聞弟子吃這種實際並不存在的三淨肉。大慧！未來的世界，會有愚癡的人在我法中出家，胡說戒律，擾亂正法，誹謗如來，說我允許弟子吃肉，自己也吃肉。大慧！如果我允許聲聞弟子吃肉，我就不是修行安住在慈悲觀的人，我就不是修頭陀苦行的人，我就不



是自利利他的大乘人。如果我不是這樣的人，又如何能勸善男子善女人，看待一切眾生有如獨生子，而勸他們斷除肉食呢？大慧！我曾經在不同的地方，禁止吃人象牛馬驢豬狗猴蛇鳥等十種肉，允許吃不是親手殺、不是他人殺、不是為了他人要吃而殺的三種淨肉。我這樣做，是要逐漸禁止弟子吃肉，好讓他們在佛法中修學。今天在此大乘入楞伽經中規定：無論是自己死或被殺，只要是眾生肉，一律不可以吃！大慧！過去我不曾允許弟子吃肉，現在不許可，未來也不會答應。大慧！任何種類的肉，對於想出離三界解脫生死的人來說，都不清淨。大慧！若有愚癡人，說如來自己吃肉，也允許弟子吃

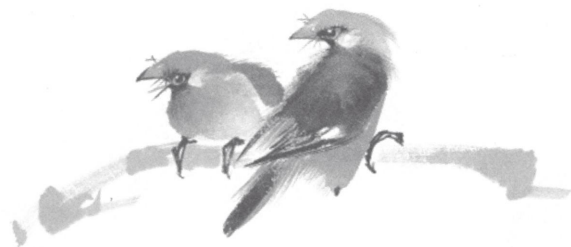
肉。說這種話的人，是被惡業纏繞，會生生世世墮落在地獄餓鬼畜生等三惡道，及盲聾瘖啞等八種災難處，永遠得不到佛法的真實利益。大慧！我所有入聖位的弟子，連一般凡夫的食物都不吃了，何況吃血肉不清淨的肉類。大慧！聲聞緣覺及菩薩，都只有以法為食，何況是如來。大慧！如來法身不是雜食身。大慧！我已斷除一切煩惱，我已洗滌一切習氣，我已得到所有智慧，大悲平等，看待眾生有如獨生子，怎麼可能允許聲聞弟子吃獨生子的肉？又怎麼可能吃自己孩子的肉呢？說我和弟子吃肉，是不合道理，也是不可能的事！」這時，世尊用偈語再次宣說斷除肉食的義理：





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·一〇〇

悉曾為親屬，
眾穢所成長，
恐怖諸含生，
是故不應食。
一切肉與葱，
韭蒜及諸酒，
如是不淨物，
修行者遠離。
亦常離麻油，
及諸穿孔牀，
以彼諸細蟲，
於中大驚怖。
飲食生放逸，
放逸生邪覺，
從覺生於貪，
是故不應食。
邪覺生貪故，
心為貪所醉，



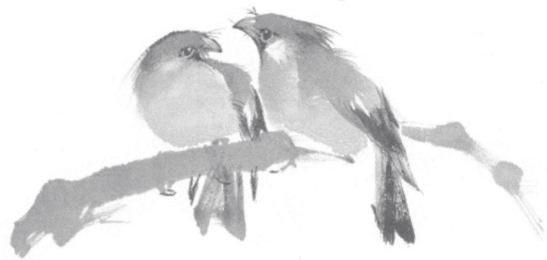
心醉長愛欲，
生死不解脫。
為利殺眾生，
以財取諸肉，
二俱是惡業，
死墮叫喚獄。
不想不教求，
此三種名淨，
世無如是肉，
食者我呵責。
更互相食噉，
死墮惡獸中，
臭穢而顛狂，
是故不應食。
獵師旃荼羅，
屠兒羅刹婆，
此等種中生，
斯皆食肉報。





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·一〇二

食已無慚愧，
諸佛及菩薩，
象脇與大雲，
及此楞伽經，
先說見聞疑，
以其惡習故，
如貪障解脫，
若有食之者，
未來世眾生，
生生常顛狂，
聲聞所嫌惡，
涅槃央掘摩，
我皆制斷肉，
已斷一切肉，
愚者妄分別，
肉等亦復然，
不能入聖道，
於肉愚癡說，



言此淨無罪，佛聽我等食。
淨食尚如藥，猶如子肉想，
是故修行者，知量而行乞。
食肉背解脫，及違聖表相，
令眾生生怖，是故不應食。
安住慈心者，我說常厭離，
獅子及虎狼，應共同遊止。
若於酒肉等，一切皆不食，
必生賢聖中，豐財具智慧。



大佛頂首楞嚴經戒殺斷肉清淨明誨

唐天竺沙門般刺密帝譯
烏菴國沙門彌伽釋迦譯語
正議大夫同中書門下
平章事房融筆受

「阿難！又諸世界六道衆生，其心不殺，則不隨其生死相續。汝修三昧，註①本出塵勞，殺心不除，塵不可出。縱有多智，禪定現前，如不斷殺，必落神道。上品之人，爲大力鬼；中品則爲飛行夜叉，諸鬼帥等；下品

當為地汙羅刹。波諸鬼神，亦有徒衆，各各自謂，成無上道。我滅度後，末法之中，多此鬼神，熾盛世間，自言食肉得菩提路。阿難！我令比丘食五淨肉，此肉皆我神力化生，本無命根。汝婆羅門，地多蒸濕，加以沙石，草菜不生。我以大悲，神力所加，因大慈悲，假名為肉，汝得其味。奈何如來滅度之後，食衆生肉，名為釋子。汝等當知！是食肉人，縱得心開，似三摩地，皆大羅刹，



報終必沈生死苦海，非佛弟子。如是之人，相殺相吞，相食未已，云何是人得出三界？汝教世人修三摩地，次斷殺生，是名如來先佛世尊第二決定清淨明誨。是故阿難！若不斷殺，修禪定者，譬如有人自塞其耳，高聲大叫，求人不聞，此等名為欲隱彌露。註⑤清淨比丘，及諸菩薩，於歧路行，不蹋生草，況註⑥以手拔。云何大悲，取諸衆生血肉充食？」

【註釋】大佛頂首楞嚴經戒殺斷肉清淨明誨

- ① 三昧：正定，止心一處，不令散亂。
- ② 塵勞：「煩惱」之別稱。
- ③ 地多蒸濕：土地不是太乾燥，即是沼澤濕地。
- ④ 三摩地：三昧。
- ⑤ 欲隱彌露：想要掩飾，反而暴露。
- ⑥ 岐路：小路。
- ⑦ 躅：踏。





學佛與素食——諦聽佛陀的說法·一〇八

了脫生死

若是殺念不除

就無法達到目的

摘自戒殺斷肉清淨明誨【語譯】

【語譯】大佛頂首楞嚴經戒殺斷肉清淨明誨

阿難！三界六道的眾生，若心中不起殺念，就不會因為造殺業輪迴生死。你修習正定，是想斷除無明煩惱，了脫生死，若是殺念不除，就無法達到目的。縱使智慧極高，又能隨意出入禪定，如果不能斷除殺念，必定落入鬼神道。上等的人，神通福德大，成為大力鬼。中等的，成為飛行夜叉、鬼王等。下等的，成為地行羅刹。這些鬼神也有徒眾，個個自稱獲得無上道果。我滅度後，末法之中，這類鬼神充滿世間，說吃肉不妨礙修行，一樣可以成就菩提道。阿難！我讓比丘吃五種淨肉——



不見殺、不聞殺、不疑為己殺、自然死亡、鳥獸吃剩的。事實上，這五種淨肉是我用神通化現，本來就沒有生命，不是殺害眾生取得的。因為你們婆羅門地方，土地不是過於乾燥，就是沼澤濕地，加上砂石又多，不適合植物生長，缺乏食物。所以我以大悲神力，幻化五種淨肉，讓有吃肉習性的弟子得到一些肉味。奈何我滅度後，後世弟子不明白我的心意，以為如來允許吃肉，因此連吃肉的眾生，也自稱是佛弟子。你們要知道，吃肉的人，縱然修得心境開悟，有如正定，實際上已成為大羅剎，福報享盡，必會沉淪於生死苦海中，不是真正的佛弟子。這類眾生，和其他眾生互相殺害吞食，沒有盡期

，又如何能超出三界，解脫生死呢？你教導世人修習正定，務必斷除殺念，這是我與過去先佛世尊、第二種決定修行成敗、務必要遵守清淨而明確的教誨。阿難！如果沒有戒除殺業，修禪而想得到正定，就像有人塞住自己的耳朵後高聲大叫，希望別人聽不到般的可笑，這叫做掩耳盜鈴，想掩飾卻反而暴露。清淨比丘及一切菩薩，在小路行走，為了愛護微細眾生，腳不踏青草，手也不去拔。具有大悲心的人，怎麼可能會用眾生的血肉來充填自己的口腹呢？



大佛頂首楞嚴經戒食五辛修行漸次

唐天竺沙門般刺密帝譯
烏菴國沙門彌伽釋迦譯語
正議大夫同中書門下
平章事房融筆受

「阿難！一切衆生食甘故生，食毒故死^{註1}，是諸衆生求三摩地，當斷世間五種辛菜。^{註2}是五種辛，熟食發姪，生啖增恚^{註3}。如是世界食辛之人，縱能宣說十二部經，十方天仙嫌^{註4}其臭穢，咸皆遠離。諸餓鬼等，因波食次，^{註5}

舐其唇吻，註6常與鬼住，福德日銷，長無利益

。是食辛人修三摩地，菩薩天仙，十方善神，

不來守護。大力魔王得其方便，現作佛身，來

為說法，非毀禁戒，註7讚姪怒癡。命終自為魔王

眷屬，受魔福盡，墮無間獄。阿難！修菩提者

，永斷五辛，是則名為第一增進修行漸次。」

「云何正性？阿難！如是衆生入三摩地

，要先嚴持清淨戒律，永斷姪心，不餐酒肉

，以火淨食，無啖生氣。註8阿難！是修行人若



不斷姪及與殺生，出三界者，無有是處。當觀姪欲猶如毒蛇，如見怨賊。先持聲聞四棄註⑨八棄，執身不動；後行菩薩清淨律儀，執心不起。禁戒成就，則於世間永無相生、相殺之業。偷劫不行，無相負累，亦於世間不還宿債。是清淨人修三摩地，父母肉身不須天眼，自然觀見十方世界，覩佛聞法，親奉聖旨，得大神通，遊十方界，宿命清淨，得無艱險，是則名為第二增進修行漸次。」

【註釋】大佛頂首楞嚴經戒食五辛修行漸次

① 食甘故生，食毒故死：吃甘美有益身體的食物而生存，吃有害健康的食物而死亡。

② 五種辛菜：大蒜、小蒜、葱、韭菜、興渠等五種辛辣有腥味的菜。

③ 生啖（ク）增恚（ク）：生吃容易發脾氣。

④ 十二部經：佛陀講經說法的十二種方式。

⑤ 食次：食用後。

⑥ 唇吻：嘴唇。

⑦ 非毀禁戒：非理誹謗戒律。

⑧ 以火淨食，無啖生氣：食物用火煮熟了再吃，不要吃生的。



⑨聲聞四棄八棄：比丘若犯殺生、偷盜、姪欲、妄語等四重罪之任何一項，將被逐出僧團，失去出家人的資格，稱為四棄。若是比丘尼，除犯以上四重罪之任一項外，再加上摩觸罪（以愛欲心觸摸男子腋以下、膝以上的部位）、八事（比丘尼與染心男子兩手相握，或捉其衣，或同入隱蔽處，或隱蔽處共坐、共語、共行、相倚靠、相互約定）、覆藏（與大眾說戒作法之時，隱藏其他比丘尼之罪，不肯批露）、隨舉（隨順受僧眾彈劾糾舉之比丘，經其他尼眾三度勸說亦不接受）等共八項重罪，只要犯任何一項，亦將被逐出僧團，失去出家人的身份，稱為八棄。

⑩無相負累：不相積欠連累。

【語譯】大佛頂首楞嚴經戒食五辛修行漸次

阿難！一切眾生吃甘美有益身體的食物而生存，吃有害健康的食物而死亡。修行要得正定，須斷除不吃世間五種辛辣有腥味的菜——大蒜、小蒜、葱、韭菜、興渠。這五種辛腥菜，煮熟了吃，會助長婬慾，若是生吃，會容易發脾氣。吃這五種辛腥菜的人，縱使能宣說三藏十二部經，十方天仙嫌他口氣臭穢，都會遠離。只有些餓鬼，在他吃了辛腥菜後，靠近舔他的嘴唇。這樣常常和鬼相處，福德日漸消滅，最後失去佛法利益。吃辛腥菜的人如要修行正定，菩薩天仙及十方善神，都不



會來守護。大力魔王乘虛而入，化成佛的外形來說法，誹謗佛的戒律，讚揚婬慾、瞋恨、愚癡等三毒。這個人死了之後，便出生做魔王的眷屬，等到魔福享盡，就會墮入無間地獄。阿難！修行菩提道的人，若能永遠斷除五種辛腥菜不吃，就是增進修行的第一步。

要如何正性呢？阿難！眾生修習正定，先要嚴守清淨戒律，永斷婬慾念頭，不吃酒肉，吃煮熟的食物，不吃生的。阿難！修行人若不斷除婬慾及殺生，想出離三界了脫生死，是不可能的事。應細心觀察，婬慾的可怕有如毒蛇怨賊，趕快遠離。修行人先持聲聞四棄八棄的戒律，守身不犯，再行菩薩清淨律儀，守心不妄念。這

樣清淨持戒，在世間婬心既斷，沒有相生業果，殺念既除，沒有相殺業報，再加上戒絕偷盜，沒有相互積欠，不須償還宿債，婬殺盜三業消除，自然是清淨人。這樣清淨的人修習正定，不需要天眼，以父母所生的肉眼，就能看見十方世界，見佛聞法，聆聽佛的教誨，得大神通，遊行十方世界，了知宿命，永不落入三途八難處，這就是增進修行的第二步。



大般涅槃經四相品斷肉食章

北涼天竺三藏沙門曇無讖譯梵
劉宋沙門慧嚴慧觀同謝靈運再治

爾時，迦葉菩薩白佛言：「世尊！食肉之

人，不應施肉，何以故？我見不食肉者有大功

德。」佛讚迦葉：「善哉善哉！汝今乃能善知

我意，護法菩薩應當如是。善男子！從今日始

，不聽聲聞弟子食肉。若受檀越信施之時，應

觀是食如子肉想。」迦葉菩薩復白佛言：「世

尊！云何如來不聽食肉？」「善男子！夫食肉者，斷大慈種。」迦葉又言：「如來何故，先聽比丘食三種淨肉？」「迦葉！是三種淨肉，隨事漸制。」^{註⑤}迦葉菩薩復白佛言：「世尊！何因緣故，十種不淨，^{註⑥}乃至九種清淨，而復不聽？」佛告迦葉：「亦是因事漸次而制，當知即是現斷肉義。」^{註⑧}迦葉菩薩復白佛言：「云何如來稱讚魚肉為美食耶？」^{註⑨}「善男子！我亦不說魚肉之屬為美食也，我說甘蔗、粳米、石蜜、



一切穀麥，及黑石蜜、乳酪、酥油以爲美食。
雖說應畜種種衣服，所應畜者要是壞色，何況
貪著是魚肉味？」迦葉復言：「如來若制不食
肉者，波五種味：乳酪、酪漿、生酥、熟酥、
胡麻油等，及諸衣服、嬌奢耶衣、珂貝、皮革
、金銀盃器，如是等物亦不應受。」「善男子
！不應同波尼犍所見，如來所制一切禁戒，各
有異意。^{註⑬}異意故，聽食三種淨肉；異想故，斷
十種肉；異想故，一切悉斷，^{註⑭}及自死者。^{註⑮}迦葉

！我從今日，制諸弟子，不得復食一切肉也。
迦葉！其食肉者，若行若住，若坐若臥，一切
衆生聞其肉氣，悉生恐怖。譬如有人近獅子已
，衆人見之，聞獅子臭，亦生恐怖。善男子！
如人噉蒜，臭穢可惡，餘人見之，聞臭捨去，
設遠見者，猶不欲視，況當近之。諸食肉者亦
復如是，一切衆生聞其肉氣，悉皆恐怖，生畏
死想，水陸空行有命之類，悉捨之走，咸言此
人是我等怨。^{註⑩}是故菩薩不習食肉，為度衆生，



示現食肉，雖現食之，其實不食。善男子！如是菩薩，清淨之食猶尚不食，況當食肉？善男子！我涅槃後無量百歲，四道聖人註②悉復涅槃，正法滅後，於像法中，當有比丘，貌像持律，少讀誦經，貪嗜飲食，長養其身，身所被服麤陋醜惡，形容憔悴，無有威德。放畜牛羊，擔負薪草，頭鬚爪髮悉皆長利，雖服袈裟，猶如獵師，細視涂汙，如貓伺鼠，常唱是言：我得羅漢。多諸病苦，眠臥冀穢，外現賢善，內懷

貪嫉，如受瘞法婆羅門等。實非沙門，現沙門註②像，邪見熾盛，誹謗正法。如是等人，破壞如來所制戒律，正行威儀，說解脫果，離清淨法，及壞甚深秘密之教。各自隨意，反說經律，而作是言：如來皆聽我等食肉。自生此論，言是佛說，互共諍訟，各自稱是沙門釋子。善男子！爾時復有諸沙門等，貯聚生穀，受取魚肉，手自作食，執持油餅、寶蓋、革屣。註②親近國王、大臣、長者，占相星宿，勤修醫道，畜養



奴婢、金銀琉璃、車渠瑪瑙、玻璃真珠、珊瑚
琥珀、璧玉珂貝、種種果菰。^{註23}學諸伎藝，畫師
泥作，造書教學，種植根栽，蠱道咒幻，和合
諸藥，作倡伎樂，香華治身，擣蒲圍碁，^{註24}學諸
工巧。若有比丘能離如是諸惡事者，當說是人
真我弟子！」爾時迦葉復白佛言：「世尊！諸
比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，^{註25}因他而活，
若乞食時，得雜肉食，云何得食，應清淨法？^{註26}
佛言：「迦葉！當以水洗，令與肉別，然後

乃食。若其食器為肉所汙，但使無味，聽用無罪。若見食中多有肉者，則不應受，一切現肉悉不應食，食者得罪。」

【註釋】大般涅槃經四相品斷肉食章

- ① 不應施肉：即不該布施肉類給吃肉的人。
- ② 不聽（去）：不允許。
- ③ 檀越信施：施主以信敬心布施。
- ④ 三種淨肉：不見殺、不聞殺、不疑為已殺之三種肉食。
- ⑤ 隨事漸制：隨著不同的事項因緣而逐漸制訂。



- ⑥ 十種不淨：人、象、牛、馬、驢、豬、狗、猴、蛇、鳥等十種不淨不可食之肉類。
- ⑦ 九種清淨：九種清淨可食之肉，即不見殺、不聞殺、不疑為己殺、自然死亡、鳥獸吃剩的、不為己殺、死亡多日、不期而遇、前已被殺等九種情況。
- ⑧ 現斷肉義：明白宣示斷除肉食的義理。
- ⑨ 魚肉：魚肉和畜肉，泛指一切眾生肉。
- ⑩ 黑石蜜：黑糖或蜂蜜。
- ⑪ 畜（下心）：儲備。
- ⑫ 壞色：顏色灰暗不亮麗。
- ⑬ 僑奢耶衣：蠶絲衣。
- ⑭ 珂貝：玉石。
- ⑮ 尼犍：佛陀時代之裸形外道，主張極端禁欲。

- ①⑥ 異意：不同的意義。
- ①⑦ 一切悉斷：即任何時間、任何情況、任何種類的肉均不得食用。
- ①⑧ 自死者：指自然死亡之畜生肉。
- ①⑨ 怨：怨仇。
- ②⑩ 四道聖人：即初果須陀洹、二果斯陀含、三果阿那含、四果阿羅漢。
- ②⑪ 受瘧法婆羅門：受持禁語戒之外道。
- ②⑫ 革屣：皮鞋。
- ②⑬ 種種果蕨（クヰ）：各類瓜果。
- ②⑭ 擲（フメ）蒲：擲骰子的賭博。
- ②⑮ 因他而活：依靠他人布施維生，或接受供養。
- ②⑯ 雜肉食：摻雜肉類的食物。
- ②⑰ 應清淨法：符合清淨戒法。



【語譯】大般涅槃經四相品斷肉食章

迦葉菩薩稟告佛陀：「世尊！不應該布施肉類給吃肉的人，為什麼呢？因為不吃肉有大功德。」佛陀讚歎迦葉菩薩說：「很好很好！你真瞭解如來的心意，護持佛法的菩薩都該像你一樣。善男子！從今天起，我不許聲聞弟子吃肉。接受信眾食物布施時，應觀想食物有如自身子女的肉。」迦葉菩薩又請問佛陀：「世尊！為什麼您不允許弟子吃肉呢？」佛陀回答：「因為吃肉會斷慈悲種子。」迦葉又說：「先前如來為什麼允許比丘吃不見殺、不聞殺、不疑為己殺的三種淨肉呢？」佛陀回

答：「這三種淨肉，是隨著不同的事項因緣逐漸制訂。」迦葉又請問佛陀：「為什麼十種不淨肉，及九種清淨肉，都不許吃呢？」佛陀告訴迦葉菩薩：「也是隨著不同的事項因緣逐漸制訂。要知道當初制訂這些戒律時，已經明白宣示不可吃肉的義理。」迦葉菩薩又稟告佛陀：「為什麼如來稱讚魚和肉是美食？」佛陀回答：「善男子！我不曾說過魚和肉是美食，我說甘蔗、糙米、蜂蜜，一切穀類、黑糖、乳酪、酥油等是美食。雖然說要準備各種場合穿的衣服，但每種衣服的顏色必須灰暗不亮麗。穿的衣服都不可講究，怎麼吃的反而貪著魚味肉味呢？」迦葉又說：「如來若制訂不許吃肉，那乳酪、



酪漿、生酥、熟酥、胡麻油等五種食物也不該吃，以及各種衣服、蠶絲衣、玉石、皮革、金銀器皿等物品也不該接受。」佛陀說：「善男子！你的見解不該像尼犍子裸形外道一樣，如來制訂一切戒律，各有不同的意義。因為意義不同，先前允許吃三種淨肉，不許吃人象牛馬等十種不淨肉。如今意義不同，因緣也已成熟，迦葉！從今日起規定弟子：所有種類的肉，無論他殺或自然死亡，一律不許吃。迦葉！吃肉的人，在日常生活行住坐臥中，一切眾生聞到他的氣味，會產生恐怖心。就像有人靠近獅子，身上附著獅子的腥味，其他人接觸這個人，聞到獅子的腥味，也會生出恐怖心。善男子！就像有

人吃大蒜，味道腥臭，他人聞到，立刻避開，遠遠聞到，都不想看了，何況靠近。吃肉的人也是這樣，一切眾生聞到他身上的氣息，會起害怕死亡的恐怖心。無論天上飛的、水中游的、陸上走的一切動物趕緊離開，都認為這個吃肉的人是牠們的仇人。因此，菩薩沒有吃肉的習性，為了度化眾生而示現吃肉，雖然示現吃肉，其實沒有真正吃。善男子！菩薩連清淨的食物都不吃，何況去吃肉！善男子！我涅槃後經過許多年，四果聖人也入涅槃。正法滅後，在像法中，會有出家比丘，道貌岸然好像持戒，不讀誦經典，貪著食物以養身。穿著醜陋難看，外形憔悴，缺乏威儀。砍材割草，畜養牛羊，留著



頭髮鬍鬚，指甲長而銳利。雖然穿著袈裟，走路卻像獵人一般東張西望，有如貓找老鼠。常口出誑言：我得阿羅漢道。身體多病苦，睡在骯髒的地方，外表像賢善人，內心卻充滿貪欲嫉妒，有如受持禁語戒的外道。現出家相，但不是修行人，邪知邪見，誹謗正法。這種人破壞如來制訂的戒律及威儀，說背離清淨法，也能得到解脫果，敗壞如來甚深無上的教理。顛倒解說經律，說如來允許我們吃肉，自己胡說，卻說是佛陀的教誨。互相爭論，個個自認是真正的佛門出家比丘。善男子！那時候更有出家人，儲存糧食，接受魚肉等供養，手拿油瓶煮菜做飯。頭戴寶冠，腳穿皮鞋，親近國王大臣、名門

望族。占相卜卦，觀天文星斗，看地理風水，勤修醫術，畜養奴婢。收集金銀琉璃、車渠瑪瑙、玻璃真珠、珊瑚琥珀、璧玉珂貝等寶物，種植水果蔬菜等作物，學畫學彫塑等各種伎藝。或著書教學，宣揚自己的理論；或種植花草樹木，怡情養性；或放蠱幻術，害人害己。或和合各種藥物，作歌作曲，身戴香花，塗抹香水，賭博下棋，學各種巧妙的技藝等。出家比丘若能遠離以上所說的種種惡事，才是我真正的弟子。」



迦葉又稟告佛陀：「世尊！比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷四眾弟子，接受供養，或出家人向在家弟子乞食維生，在受供時，如果飯菜中摻雜肉類，要怎樣處理才符合清淨法呢？」佛陀回答：「應當挑出肉類，其餘的飯菜用水洗，直到沒有肉味才可以吃。如果鉢沾染了肉味，用水洗掉味道，才可以裝水裝食物。見到布施的食物中有許多肉，就不應該接受供養，如果接受來吃，是違反戒律的行為。」



佛說業報差別經得長命報之法

隋洋川郡守瞿曇法智譯

佛告首迦^{註①}：「一切衆生，繫屬於業，依止

於業，隨自業轉^{註②}，以是因緣，有上中下差別不

同……復有十業，能令衆生得長命報，何等爲

十業？一者、自不殺生。二者、勸他不殺。三

者、讚嘆不殺。四者、見他不殺，心生歡喜。

五者、見波殺者，方便救免^{註③}。六者、見死怖者



，安慰其心。七者、見恐怖者，施與無畏。八者、見諸患苦，起慈愍心。九者、見諸急難，起大悲心。十者、以諸飲食，惠施衆生。以是十業，得長命報。」

【註釋】佛說業報差別經得長命報之法

- ①首迦：即首迦長者，佛陀在家弟子。
- ②隨自業轉：隨著自身業力流轉生死。
- ③方便救免：想辦法救助，使其免於死亡。

一切眾生受業力束縛

隨著自身的業力流轉生死

輪迴六道

因此有善惡報不同的差別

摘自佛說業報差別經得長命之法【語譯】



佛說業報差別經得長命報之法·一三九



【語譯】佛說業報差別經得長命報之法

佛陀告訴首迦長者：「一切眾生受業力束縛，隨著自身的業力流轉生死，輪迴六道，因此有善惡報等不同的差別。：有十種業力因緣，能讓眾生得到長命報。那十種呢？第一，自己不殺生。第二，勸他人不要殺生。第三，讚歎不殺生的人或事。第四，見到他人不殺生，心生歡喜。第五，見眾生將被殺，設法解救。第六，見恐怖死亡的人，安慰他的心。第七，見驚慌害怕的人，使他鎮靜不怕。第八，見到病苦，起慈悲心，方便照料。第九，見到急難，起大慈心，方便救度。第十，常以飲食惠施饑渴眾生。造作以上十種善業，可得到長命報。」

佛說十善業道經不殺生利益

唐于闐三藏沙門實叉難陀譯

爾時世尊告龍王言：「一切衆生，心想異故，造業亦異，由是故有諸趣輪轉……龍王！若離殺生，即得成就十離惱法，何等爲十？一、於諸衆生普施無畏。二、常於衆生起大慈心。三、永斷一切瞋恚習氣。四、身常無病。五、壽命長遠。六、恆爲非人之所

註①

註②



守護。七、常無惡夢，寢覺快樂。註3八、滅除
怨結，衆怨自解。註4九、無惡道怖。十、命終
生天。是為十。」

【註釋】佛說十善業道經不殺生利益

- ① 諸趣輪轉：六道輪迴。
- ② 非人：指鬼神。
- ③ 寢覺：睡眠和清醒時，即日夜。
- ④ 無惡道怖：沒有墮入地獄、餓鬼、畜生三惡道的煩惱。

【語譯】佛說十善業道經不殺生利益

佛陀告訴龍王：「一切眾生起心動念不同，造作的口業及身業也就不同，因此有六道輪迴。：龍王！若能遠離殺生，就可成就十種自在沒煩惱的法門。那十種呢？第一，對於憂愁恐懼的眾生，常能給予安慰。第二，時常會對於眾生起慈悲心。第三，永遠斷除一切瞋恨習氣。第四，常保身體健康，沒有病苦。第五，壽命長遠。第六，常有鬼神暗中保護。第七，夜晚睡覺不做惡夢，白天醒來快樂無憂。第八，和一切眾生的怨仇自然化解。第九，沒有墮入地獄、餓鬼、畜生三惡道的煩惱。第十，命終往生天上。」



蓮池大師戒殺放生文

壹、戒殺文

世人食肉，咸謂理所應然，註①乃恣意殺生，廣積怨業，相習成俗，不自覺知。昔人有言：可為痛哭流涕長嘆息者是也！計其迷執，略有七條，開列如左，餘可例推云。

一日生日不宜殺生。註②哀哀父母，生我劬勞，註③己身始誕之辰，乃父母垂亡之日。是日也，

正宜戒殺持齋，廣行善事，庶使先亡考妣註(4)早獲超昇，現在椿萱註(5)增延福壽。何得頓忘母難，殺害生靈，上貽累於親，下不利於己？此舉世習行而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者一也。

二曰生子不宜殺生。凡人無子則悲，有子則喜，不思一切禽畜亦各愛其子，慶我子生，令他子死，於心安乎？夫嬰孩始生，不為積福，而反殺生造業，亦太愚矣！此舉世習行



而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者二也。
三曰祭先不宜殺生。亡者忌辰及春秋祭掃，俱當戒殺以資冥福，殺生以祭，徒增業耳。夫八珍羅於前，安能起九泉之遺骨而使之食乎？^{註⑦}無益而有害，智者不為矣！此舉世習行而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者三也。四曰婚禮不宜殺生。世間婚禮，自問名納采以至成婚，殺生不知其幾。夫婚者，生人之始也，生之始而行殺，理既逆矣。又婚禮，

吉禮也，吉日而用凶事，不亦慘乎？此舉世習行而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者四也。

五曰宴客不宜殺生。良辰美景，賢主佳賓，

蔬食菜羹，不妨清緻，

註9

何須廣殺生命，窮極

肥甘，

註10

笙歌饜飫於杯盤，

註11

宰割怨號於砧几。

註12

註13

嗟乎！有人心者，能不悲乎？此舉世習行而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者五也。

六曰祈禳不宜殺生。世人有疾，殺生祀神以



祈福佑。不思己之祀神，欲免死而求生也，殺他命而延我命，逆天悖理莫甚於此矣！夫正直者為神，神其有私乎？命不可延而殺業俱在，種種淫祀亦復類是。此舉世習行而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者六也。

七日營生不宜殺生。世人為衣食故，或畋獵或漁捕，或屠宰牛羊豬犬等，以資生計。而我觀不作此業者，亦衣亦食，未必其凍餒而註⑭死也。殺生營生，神理所殛，以殺昌裕，百

無一人。種地獄之深因，受來生之惡報，莫斯為甚矣！何苦而不別求生計乎？此舉世習行而不覺其非，可為痛哭流涕長嘆息者七也。

【註釋】蓮池大師戒殺放生文——壹、戒殺文

- ①理所應然：理所當然。
- ②哀哀父母：猶言「可憐父母」。
- ③生我劬（く）勞：生我非常辛勞。
- ④先亡考妣（く）：歷代祖先。
- ⑤現在椿萱（く）：健在的父母。



- ⑥ 貽累：連累。
- ⑦ 八珍：泛指珍貴稀有的食物。
- ⑧ 問名納采：古代婚嫁六禮中的二禮。納采即下聘。問名是下聘後，男方派人到女方家中問姓名、生辰八字等資料。
- ⑨ 不妨清緻：不妨礙雅興。
- ⑩ 窮極肥甘：極力講求甘美。
- ⑪ 笙歌饜飫（シウ）：笙歌指歌樂聲，饜飫是飽食。
- ⑫ 怨號：怨恨哀號。
- ⑬ 砧几：砧板。
- ⑭ 淫祀：此指殺生求神之祭祀。
- ⑮ 凍餒而死：挨餓受凍而死。
- ⑯ 殛（シ）：誅殺。
- ⑰ 以殺昌裕：以殺生維生，因而長久富裕。

以殺生來延續自己的生命

有比這樣更違背天理的事嗎？

摘自戒殺文【語譯】



蓮池大師戒殺放生文——壹、戒殺文·一五一



【語譯】蓮池大師戒殺放生文——壹、戒殺文

世人吃肉，認為理所當然，就任意殺生，積集惡業，世代相傳，成為風俗習慣，不明白有什麼過錯。真是古人所說的：令人痛哭流涕，嘆息不已！世人執迷不悟的大略有七項，列在後面，其他的可自行推想。

第一，生日不要殺生。可憐的父母，生我時非常辛勞，自己誕生的日子，正是父母邁向衰老死亡的開始。這一天，應該戒殺吃素，廣做善事，使歷代祖先早日超昇，健在父母增福延壽。為什麼忘了母親懷孕的痛苦及生產的危險，而去殺害生靈呢？不但連累歷代祖先與父

母，更是對自己和眷屬不利。這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第一件事。

第二，生子不要殺生。世間人沒有子女繼承香火就覺得悲傷，有了子女承歡膝下就歡喜不已。但從沒想到所有的動物也愛牠們的孩子。為了慶祝我的孩子誕生，卻殺死牠們的孩子來吃，會吃的心安嗎？子女出生，不為他積集福報，反而殺生造業，折損福報，真是太愚癡了！這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第二件事。

第三，祭祖不要殺生。亡者忌辰及清明掃墓、中秋祭拜，應當戒殺以增加亡者的福報，殺生祭拜，只會加



重往生者的惡業而已。山珍海味排滿桌，能讓死者從九泉之下復活爬起來吃嗎？這種無益且有害的事，聰明人不願意做。這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第三件事。

第四，婚禮不要殺生。世間婚禮，從下聘、合八字到結婚，期間殺生宴客，數量不知有多少。結婚，是繁衍子孫的開始，繁衍的開始卻滅絕動物的子息，太沒有道理！婚禮是吉祥事，吉祥日卻大開殺戒，吉事變凶事，真是太悲慘了！這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第四件事。

第五，宴客不要殺生。良辰美景，賓主相聚，蔬菓菜羹也可盡興，何必殺害生命，講求甘美呢？為了餐桌杯盤中歡樂飽食，卻讓廚房砧板上的畜生怨恨哀號，有人性的人，不會悲傷嗎？這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第五件事。

第六，祈禳不要殺生。世間人有病苦災難，往往殺生祭神，祈求福佑。應該想想，拜神是想消災解厄，延長壽命，但以殺生來延續自己的生命，有比這樣更違背天理的事嗎？正直的人才能當神，神會循私保佑殺生為己的人嗎？這種自私的人壽命不會延長，災難無法消除，只是造殺業罷了！其他種種殺生求神的祭祀也是如此。



。這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第六件事。

第七，營生不要殺生。世人為了衣食，有的打獵捕魚，有的殺牛殺豬，做為謀生的方法。但依我看，不以殺生為業的人，照樣衣食無缺，沒有餓死凍死。以殺生來謀生，天理所不容，因殺生而富貴，百人中找不出一個，只有種下墮入地獄的惡因及來生的惡報而已。既然如此，為什麼不改性另謀生計呢？這是世人習以為常卻不明白錯在那裏，令人痛哭流涕，嘆息不已的第七件事。

貳、放生文

蓋聞世間至重者生命，天下最慘者殺傷。
。是故逢擒則奔，螻蝻註①猶知避死；將雨而徙，
，螻蟻尚且貪生。何乃網於山，罟於淵，註②多
方掩取，曲而鈎註④，直而矢註⑥，百計搜羅，使其
膽落魄飛，母離子散。或囚籠檻，則如處圜
圜；或被刀砧，則若臨劓戮註⑦。其為情也，憐
兒之鹿，舐瘡痕而寸斷柔腸；畏死之猿，望
弓影而雙垂悲淚註⑧。恃我強而陵波弱，理恐非



宜；食他肉而補己身，心將安忍？由是昊天
垂憫，古聖行仁，解網著於成湯，註9畜魚興於
子產。註10聖哉流水！潤枯槁以囊泉；註11悲矣釋迦
！代危亡而割肉。註12天台智者，鑿放生之池；註13
大樹仙人，護棲身之鳥。註14贖鱗蟲而得度，壽
禪師之遺愛猶存；救龍子而傳方，孫真人之
慈風未泯。註15一活蟻也，沙彌易短命為長年，註17
書生易卑名為上第。一放龜也，毛寶以臨危
而脫難，註18孔愉以微職而封侯。註20屈師縱鯉於元

村，壽增一紀^{註①}；隨侯濟蛇於齊野，珠報千金^{註②}。
拯已溺之蠅，酒匠之死刑免矣^{註③}；捨將烹之
鼈，廚婢之篤疾瘳焉^{註④}。貿死命於屠家，張提
刑魂超天界^{註⑤}；易餘生於釣艇，李景文毒解丹
砂^{註⑥}。孫良嗣解贈繳之危，卜葬而羽蟲交助^{註⑦}；
潘縣令設江湖之禁，去任而水族悲號^{註⑧}。信老
免愚民之牲，祥符甘雨^{註⑨}；曹溪守獵人之網，
道播神州^{註⑩}。雀解銜環報恩^{註⑪}，狐能臨井授術^{註⑫}。
乃至殘軀得命，垂白壁以聞經^{註⑬}；難地求生，



現黃衣而入夢^{註34}。施皆有報，事匪無徵^{註35}，載在簡編^{註36}，昭乎耳目^{註37}。普願隨所見物，發慈悲心，捐不堅財^{註38}，行方便事。或恩周多命，則大積陰功；若惠及一蟲，亦何非善事。苟日增而月累，自行廣而福崇^{註39}，慈滿人寰^{註40}，名通天府。蕩空怨障^{註41}，多祉萃於今生；培漬善根^{註42}，餘慶及於他世。儻更助稱佛號，加諷經文，為其回向西方，令波永離惡道，則存心愈大，植德彌深，道業資之速成，蓮臺生其勝品矣！^{註43}

【註釋】蓮池大師戒殺放生文——貳、放生文

① 蟣蟲：蟲子。

② 網於山：入山張網捕捉禽獸。

③ 罟（ㄍㄨˇ）於淵：在水裏下網捕魚。

④ 多方掩取：四面八方圍攏捕捉。

⑤ 曲而鈎：以鈎鈎取，例如鈎魚。

⑥ 直而矢：以弓箭或木槍殺。

⑦ 憐兒之鹿，舐瘡痕而寸斷柔腸：晉汝南許真君，少好畋獵。一日，射中一子鹿，鹿母為舐瘡痕，未久雙鹿俱死。真君剖母腹視之，腸寸寸斷，乃大悔恨，折斷弓矢，入山修道。

⑧ 畏死之猿，望弓影而雙垂悲淚：春秋戰國時，楚王與大將養由



基出獵，遇猿，王令射之。猿望由基，掩面悲泣，楚王令查原由。蓋猿臂柔捷，能接飛矢，由基神射，矢到之處，臂不及接，知其必死，因而悲泣，王令停止狩獵。

⑨ 解網著於成湯：商始祖成湯，出遇獵人布四面網，祝曰：「從天來者，從地來者，從四方來者，皆入吾網。」湯為解除三面，只留其一，改祝曰：「欲往左者，左逃；欲往右者，右奔；欲向上者，上飛；欲向下者，下竄；不要命者，乃入吾網。」仁民愛物，可見一斑。

⑩ 畜魚興於子產：春秋時，鄭大夫子產，人有饋其活魚，不食，令人畜之池中。

⑪ 聖哉流水！潤枯槁以囊泉：金光明最勝王經記載：有一流水長者子，出遊時，見上萬魚蝦困涸水中，命在旦夕。乃回，以皮囊盛水，用象馱往，傾注活命，復為其說法，魚蝦命盡，皆生

天上。

⑫悲矣釋迦！代危亡而割肉；釋尊往昔為菩薩時，遇鷹逐鵠，鵠見菩薩，投身避難。鷹語菩薩：「汝欲救鵠，奈何令我饑餓而死。」菩薩問鷹：「汝須何食？」鷹答食肉。菩薩遂割臂肉償之，鷹欲肉與鵠等重，菩薩割肉，彌割彌輕，至肉將盡，不能等鵠重。鷹問菩薩悔恨否，菩薩答言：「吾無一念悔恨，若此語不虛，令吾肉回復如故。」言畢，身復如故。此時，鷹化回天帝身，空中禮拜讚歎不已。

⑬天台智者，鑿放生之池；隋天台智者大師，感時人貪圖口欲，多殺生靈，為化人心，勸募購買浙江臨海窪地六十多處，鑿放生池，奏請朝廷立碑禁捕。歷代明君高僧亦多倡導，今杭州西湖，即宋時設立之放生池。

⑭大樹仙人，護棲身之鳥；古有一仙人，常坐大樹下思禪入定。



有鳥棲息懷中，恐驚鳥故，跏趺不動，俟鳥別棲，然後出定。慈物之心，一至如是。

⑮贖鱗蟲而得度，壽禪師之遺愛猶存：宋永明延壽禪師，吳越王鎮守杭州時，師為餘杭縣庫吏。屢以庫錢買活魚蝦等物放之，後坐監守自盜，罪當棄市（問斬）。王素信佛法，頗知其放生事，諭行刑者觀其顏色以覆。師臨刑，面無戚容，怪而問之，師曰：「吾於庫錢毫無私用，盡買物放生，今死，逕生西方極樂世界，不亦樂乎？」王聞而釋之，乃出家為僧，修禪禮懺，得無礙辯。師涅槃後，有僧入冥，見冥王時時離座，禮一僧像，問之，則陽間永明禪師也。已往生西方淨土上品上生，王敬其德，故時時禮耳。

⑯救龍子而傳方，孫真人之慈風未泯：唐名醫孫思邈，未成仙時，出遇村童擒一蛇，戲弄將死，買放水巾中。後靜坐間，一青衣

來請，隨而赴之，至一公府，則水晶宮也。王者延置上座，曰：「小兒昨日出遊，非先生相救，則斃命矣！」設宴畢，出珍寶答謝，真人辭不受，曰：「久聞龍宮多醫方，傳吾濟世，勝於金玉多矣！」王遂出玉笈三十六方，真人由此醫術彌精，後證仙品。

⑰沙彌易短命為長年：昔有沙彌侍一尊宿（高僧），尊宿知沙彌七日後將命盡，令還家省母，並囑其八日後返回，蓋欲其終於家中。八日後，沙彌回寺，師怪之，入三昧勘察。乃還家時，路見群蟻困於水中，作橋渡之，蟻得不死，因此免於夭折，後得高壽。

⑱書生易卑名為上第：宋時，宋郊宋祁二兄弟應試，偶遇胡僧於途。僧告郊曰：「令弟當大魁天下，公亦登科，但名卑矣！」後郊於野見群蟻為水所浸，編竹橋渡之。再遇胡僧，僧觀其貌



，驚曰：「公似曾活數百萬命者。」郊對貧儒何力致此？僧云：「不然，凡有生者皆命也。」郊以活蟻對，僧言：「是也！令弟當大魁天下，然公亦不在弟下。」後唱名，郊果首選，朝廷謂不可以弟先兄，改郊第十，郊為第一，僧言果驗。

①9 毛寶以臨危而脫難：晉毛寶微時，路遇人携一龜，買而放之。後為將，戰敗赴水，覺水中有物托足，遂得不溺。及登岸，則托足者乃前所放之龜也。

②0 孔愉以微職而封侯：晉山陰孔愉，本一卑官，曾放龜，龜浮水中，頻回首望愉。後愉以功封侯，鑄印時，印上龜紐其首回顧。毀而更鑄，鑄之數次，皆模直首偏，回顧如舊。鑄者怪而稟愉，愉忽憶放龜時，龜首回顧，恍然大悟，封侯者，放龜之果報也。

②1 屈師縱鯉於元村，壽增一紀：屈師於元村見漁夫兜售一赤鯉，

買而放之。後病，夢龍王延至宮中，告曰：「君本壽盡，以救龍故，壽增一紀（十二年）。」

②② 隋侯濟蛇於齊野，珠報千金；漢姬姓隋侯，出使齊國，路見一蛇困於沙磧，首有血出，以杖挑放水中離去。後回，至救蛇處，蛇銜一珠向侯，侯不敢取，夜夢腳踏一蛇，驚覺，得夜明珠一對。

②③ 拯已溺之蠅，酒匠之死刑免矣；昔一酒匠，見蒼蠅投酒甕中，輒取放乾地，裹以灰，水從灰拔，活蠅無數。後為盜誣，無能自白，獄將成。主刑者援筆欲判，見蠅集筆尖，揮之復集，無法下筆。因疑其冤，詳問之，則誣也，呼盜一訊而伏，遂得釋還。娟飛蠕動皆有靈性，然亦異矣！

②④ 捨將烹之鼈，廚婢之篤疾瘳焉；程氏夫婦性嗜食鼈，一日偶得巨鼈，囑婢宰烹後外出。婢念所殺鼈不計其數，今對巨鼈不忍



殺之，遂放池中。主回索鼈，答以走失，遂遭痛打。後婢得疫疾將死，家人舁至水閣，以待命盡。夜半忽有物從池中出，身負濕泥，塗於婢身，熱得涼解，疾乃甦癒。主怪不死，詰之，具實以對，不信。至夜潛窺，則向所失鼈也，闔門驚嘆，遂不食鼈。

②5 賈死命於屠家，張提刑魂超天界：昔有張提刑者，常詣屠肆，以錢贖物放之。臨終時，語家人言：「吾以放生，積德深厚，今天人來迎，當上生矣！」安然而逝。

②6 易餘生於釣艇，李景文毒解丹砂：李景文常就漁人處，買其所獲，仍放水中。嗜好養生，常火煉丹砂食之，積熱成疾，疽發於背，藥莫能治。昏寐中，似有群魚濡沫其毒，清涼暢快，疾遂得瘥。

②7 孫良嗣解贈繳之危，卜葬而羽蟲交助：昔孫良嗣者，遇禽鳥被

捕，輒買而縱之。死後無親，貧無以為葬，村人舁置山野。有鳥數百，銜泥疊疊成塚，遂得安葬，觀者驚歎，咸以為慈感所致。

②⑧ 潘縣令設江湖之禁，去任而水族悲號；宋諸暨縣令潘華，禁百姓入江湖捕魚，犯者加罪。後去任，夜夢水族哭嚎，深覺奇異，乃作夢魚記，叮囑繼任者。

②⑨ 信老免愚民之牲，祥符甘雨；信大師遇時亢旱，民欲殺牲祈雨，師憫其愚，謂之曰：「汝等若能去牲勿用，吾為汝請。」民允之，師乃精誠以禱，甘雨驟降，遠近多感化者。

③⑩ 曹溪守獵人之網，道播神州；唐禪宗六祖惠能大師，既佩黃梅五祖所傳心印，即以俗服隱於獵人團。獵人令守網，能每見網內獐兔等飛禽走獸，輒放之，如是一十六年放生無數。後坐曹溪道場，廣度群品，澤垂萬世。



③①雀解銜環報恩：漢華陰山北楊寶，幼時見黃雀為梟所搏墜地，復為螻蟻咬噬，命將垂危。取而畜諸竹箱中，飼之以黃花，俟痊乃放去。夜夢黃衣童子拜謝，贈玉環四枚，曰：「我王母使者，蒙君濟命，願君子孫潔白，位列三公，有如此環。」後其子孫楊震、楊秉、楊賜、楊彪四代果位列三公，高風亮潔。

③②狐能臨井授術：昔一無賴僧，聞中藥黃精能延年益壽，欲試其效，置黃精於枯井，誘人入井中，覆之以磨盤。其人在井遑迫無計，忽一狐臨井，語其人曰：「君勿憂，當教汝術以出井，我狐之通天者，仙經有言，神能飛形，君且注視磨盤之孔，久之則飛出。吾昔為獵夫所獲，賴君贖命，故來報恩。」人用其術，旬餘從井飛出。僧大喜，以為黃精之驗，乃別眾人，負黃精入井，約一月開視。至期，眾開磨盤視之，死矣。

③③殘軀得命，垂白壁以聞經：明蓮池大師掛單某寺，見人擒蜈蚣

數條，以竹弓繫其首尾，贖而放之。餘俱半死，惟一全活，急走而去。後與友人夜坐，壁有蜈蚣，以木尺旁敲，驅之不去。師曰：「昔所放者莫非爾耶？爾來謝予耶？果然，吾當為汝說法，汝諦聽勿動。」乃告之曰：「一切有情，惟心所造，心狠者化為虎狼，心毒者化為蛇蠍，爾除毒心，此形可脫也。」言畢令去，不待驅逐，徐徐出窗外，友人在座，驚歎稀有。

③④難地求生，現黃衣而入夢：明神宗萬曆九年，杭州湖墅有于氏者，其鄰被盜，女送鱔魚十尾為母問安，母畜甕中，忘之矣。一夕，夢黃衣尖帽者十人長跪乞命。覺而疑之，卜諸術士，曰：「當有物求放耳。」遍索內外，則甕有巨鱔在焉，數之正十，大驚，急放之。

③⑤事匪無徵：指施財救眾生，不會沒感應。

③⑥載在簡編：記載在書中。



- ③7 昭乎耳目：眼耳見聞。
- ③8 不堅財：世間錢財，生不帶來，死不帶去，在生之時，五家共有（王、賊、水、火、惡子），得失難以自主，故稱不堅財。
- ③9 人寰（リョウ）：人間。
- ④0 祉（チ）：福祿。
- ④1 萃（スイ）：會集。
- ④2 培漬（クヰ）：培植、培養。
- ④3 蓮臺生其勝品：往生極樂世界，且品位殊勝。

遇到被捕的眾生 慷慨解囊救助

若能同時解救多條生命 積大功德

即使只是救一命 也是大善事

摘自放生文【語譯】



【語譯】蓮池大師戒殺放生文——貳、放生文

世間最寶貴的是生命，最悲慘的事，莫過於因被殺而喪生，因被傷而殘廢。因此蟲子遇到捕捉，趕快跑開，以避免死亡；螻蛄碰到下雨，立即遷徙，以保存性命。既然微細昆蟲都貪生怕死，為什麼人類要上山打獵、下海捕魚呢？為什麼要四面八方圍捕、千方百計網羅呢？或以鈎子鈎取，或用弓箭射殺，使動物們心驚膽顫、魂飛魄散、母離子散。你看關在籠子裏的動物，有如囚禁在監牢的犯人；放在砧板上的畜生，好像刑場等待處

決的人犯。動物不是草木，牠們會有情感上的表現；母鹿為中箭的小鹿舔傷痕，因而柔腸寸斷；怕死的猿猴，見到神射手拉弓，不禁掩面悲泣。仗著我強欺負他弱，恐怕不合天理；吃他的肉補自己的身體，良心怎麼會安？蒼天垂憐，古聖慈悲，商湯解網放生，子產挖池畜魚。流水長者子，皮囊裝水以救魚；釋迦佛前身，割肉餵鷹以救鵠。智者大師，開鑿放生池；大樹仙人，保護棲身鳥。救水族自身也得度，永明禪師遺愛還存在；救龍子龍王傳醫方，孫邈真人慈風未消失。救助群蟻，沙彌短命變長壽，書生名次排第一。縱放烏龜，毛寶臨危脫



難，孔愉卑職封侯。屈師在元村放鯉魚，壽延十二年；隋侯在齊野濟蛇難，報得千金珠。拯救溺酒的蒼蠅，酒匠死刑免除；放掉待宰的鱉魚，廚婢重病痊癒。張提刑解囊放生，往生天界；李景文買魚放水，丹砂毒解。孫良嗣拯救禽鳥危難，死後鳥群銜泥安葬；潘縣令禁止江湖捕魚，御任水族悲號送行。信老戒除愚民的牲祭，天降甘雨；六祖解除落網的牲畜，禪法遠傳。受救的黃雀，銜玉環回贈報恩；活命的狐狸，臨井教神術搭救。乃至於僥倖存活的蜈蚣，貼在牆壁聽講經；想要贖命的黃鱔，入夢跪地求饒命。施救眾生命，不會沒感應，必定

有回報，這些事，或記載在書中，或眼耳親見聞。普願大家發慈悲心，遇到被捕的眾生，慷慨解囊救助。若能同時解救多條命，積大功德；即使只是救一命，也是大善事。持續這樣做，日積月累，福德自然高廣，慈悲滿人間，善名通天府。不但消除怨障，今生福祿會集，更能培植善根，來世福報綿延。若能在縱放時助念佛號，或誦讀佛經，迴向西方極樂世界，讓牠們永離惡道。這樣，發心更大，善根更深，不但自身佛道快速成就，而且命終上品往生極樂，利人利己，一舉兩得。



印光大師念佛喫素為護國息災之根本

凡學佛之人，有一必須注意之事，即切戒食葷，因食葷能增殺機。人與一切動物同生天地之間，心性原是相等，但以惡業因緣，致形體大相殊異。若今世你喫牠，來世牠又喫你，冤冤相報，世世相殺，無有已時。果能人人茹素，即可培養慈悲心，而免殺機。否則縱能念佛，而仍圖口腹之樂，大食葷

腥，能得學佛之利益幾何哉？

人與一切動物同屬含靈，何忍殺其性命以充自己口腹？己身微受刀傷，即感痛苦，一念及此，心膽悽裂，何忍殺生而食？況殺生食肉之人，積漸感染，易起殺機，今世之刀兵災劫，皆由此而來。古語云：「欲知世上刀兵劫，但聽屠門夜半聲。」誠不誣也。但世間許多人，雖明佛法道理，而仍視戒殺茹素為難事。民國十年，余往南京訪友，友



人請魏梅蓀來見。魏以信佛念佛，但尚未能喫素。余囑其熟讀文鈔中，南潯極樂寺修放生池疏數十遍，當即能喫素。因文中先說生佛心性不二，次說歷劫互為父母兄弟、夫妻眷屬，互生互殺，互為冤家對頭，次引梵網、楞嚴、楞伽經文為證。熟讀深思，不但不能忍食，亦不敢食也。後知魏居士未過二月，即不再食肉矣。又上海黃涵之居士，其母不能食素，且不信食素為學佛要事。黃涵之函

問勸信之法，余令其在佛前，朝夕代母懺悔業障。因母子天性相關，果能至誠，必得感應。涵之依之而行，月餘其母即能喫長素。時年八十一，日課佛號二萬聲，至九十三歲方逝世。故我望一切大眾，能從今日起，注意戒殺茹素，並勸自己之父母、子女及親友，共同茹素，此亦是護國息災之根本方法。除戒殺茹素外，亦應護惜物命，買物放生。蓋放生之意義，是使大家發心護生，自



己放生，當然不再殺生。即使自己不放生，見到他人放生，也不忍再殺生。若人人能護惜生命，不加殘害，則物尚不忍殺，何況殺人？自然殺劫可消，而國運可轉矣！但世人有一面出資放生，一面仍照常殺生食肉者，如此雖有放生之功德，恐難敵殺生之罪過。

世人食肉，已成習慣，但須知無論何種肉均有毒，因生物被殺時，恨心怨氣所致。人食之，雖不即時喪命，但積之既久，則必

發而為瘡為病。年輕女人，大生氣後餵孩子奶，其孩每病，蓋因生氣母奶成毒汁故。人之生氣，非致命之痛，毒尚如此，何況豬羊雞鴨魚蝦等要命之痛，其肉之毒可想而知。人食之，無異服毒，非但增殺業，招罪報於將來，現生亦多病短命，誠甚可憐又可惜也。

或謂豬羊魚蝦之類，本天生以資養人，食之又何罪？妄說此者，皆是不明三世之因果。梵網經云：「若佛子，以慈心故，行放



生業。一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之受生，故六道衆生皆是我父母。殺而食之，即殺我父母。」若親嘗被殺之苦，即望救不暇，何能置辯？勸戒錄類編載：「福建蒲城令趙君，久戒殺生，其妻則酷好食肉。其妻生辰之先，買許多生物，欲殺以宴客。趙曰：『汝欲祝壽，令波就死，於心安乎？』其妻曰：『此皆迂詞，若依佛法，男女不同宿生子，不殺物命，數十年後

，豈不舉世皆畜生乎？』趙知無法可勸，聽之。是夜，其妻忽夢入廚房，見殺豬，則己身即變成豬。殺死後還知痛，拔毛破腹，抽腸裂肢，更痛不可忍。及殺雞鴨等，亦皆見己身變成所殺之物。痛極而醒，心跳肉顫，盡放所買之生物，從此發心喫長素。「此人宿世有大善根，故能感佛慈悲加被，令波親受其苦，以止惡業。否則將生生世世供人宰食，以償宿債。世之殺生食肉者，苟能作設



身處地想，則不難立地回頭。若言天生豬羊等物本以養人，則試問：「天之生人，亦所以養虎狼蚊蚤等物乎？」

又有一類人，說我之食牛羊雞鴨等肉，為欲度脫波等也。此說不但顯教無，密宗亦無之。邪說誤人，自取罪過，極無廉恥之輩，乃敢作是說耳。夫波既能以殺食度眾，則最尊者父母，最愛者妻子，何不先殺其父母妻子以食而度之乎？須知世之沉潛不露者，

一旦顯示神通，每即去世示寂，以免增添煩惱。南梁時，蜀青城山，有僧名道香者，有大神力，秘而不宣。該山年有例會，屆時衆皆大嚼大食，殺生無數。道香屢勸不聽，是年，乃於山門外掘一大坑，謂衆曰：「汝等既得飽食，亦分我一杯羹何如？」衆應之，於是道香亦大醉飽。既飽足，令人扶至坑前大吐。所食之物盡皆復活，飛者飛去，走者走避，魚蝦水族吐滿一坑。衆皆驚服，遂永



戒殺生。有蜀人至京城謁誌公，誌公問何處人，答曰四川。誌公曰：「四川香貴賤？」答曰浪賤。誌公曰：「既已為人賤，何不去之？」其人回至青城山，對香迷誌公語。香聞此語，即便化去。今之誑言殺食度生者，能如此乎？



普為出資及讀誦受持
輾轉流通者回向偈曰

願以此功德
消除宿現業
增長諸福慧
圓成勝善根
所有刀兵劫
及與饑饉等
悉皆盡滅除
人各習禮讓
讀誦受持人
輾轉流通者
現眷咸安樂
先亡獲超昇
風雨常調順
人民悉康寧
法界諸含識
同證無上道



佛曆二五五年／西元二〇一一年五月

恭印：一〇〇〇本
流水號：9351
書號：0673-06

學佛與素食——諦聽佛陀的說法

發行人：林國營

出版者：財團法人佛陀教育基金會

地址：100 台北市杭州南路一段五十五號十一樓

網址：<http://www.buddaedu.org>

E-mail：buddaedu@buddaedu.org

電話：(〇二)二三九五一一一九八 傳真：(〇二)二三九一三三四一五

劃撥戶名：財團法人佛陀教育基金會 郵局劃撥帳號：〇七六九九四九七九

銀行名稱：台北富邦銀行東門分行（請於電匯或轉帳後告知本會用途）

銀行帳號：五八〇二一〇一一九三三三三（銀行代號：〇二二）

本會經書免費結緣之請取方式如下：

(一) 親臨本會三樓講堂。(二) 利用傳真：(02) 23965959

(三) 撥打電話：(02) 23951198 分機：11、12

(四) 網址：<http://www.buddaedu.org/books/>。(五) 寫信指定：本會法寶流通股。

為提高服務效率，請您嚴謹考量，慎選所需經書；儘量少用電話，多利用文字方式請取，並請詳寫經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，且避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎本會交通

※捷運：善導寺站5號出口，至杭州南路右轉，過兩個紅綠燈。

※公車站牌：審計部站→212、299、232、205、276、605、287、262

台北商業技術學院→253、297、237 仁愛路二段→222、297

開南商工→208、295、297、0南、15、22、671

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第三八六九號

