

# 賈札仁波切談素食護生 (二)



● 本刊編輯室 整理

## 參、仁波切論肉食的過患

根據別解脫戒、菩薩戒及密乘戒等三種戒律，吃肉是不被允許的。在《楞伽經》中，佛說：「我從未已允許、今允許或將允許食眾生肉。」他開示：「我的弟子不可食眾生肉。」一般而言，無論是屠夫或買肉者都會墮入像燒熱地獄般的地方受苦。在《楞伽經》中，佛陀告誡我們：「無論是為了營利殺害眾生，或是買眾生肉都是惡行，此惡業會導致來生投生在嚎叫地獄中受苦。」另：「違逆佛語食眾生肉者是大惡人，摧毀世出世間諸等利益。」佛陀進一步說明：

於任何時處，眾生肉悉非清淨食。我與諸佛從未允弟子食肉。眾生彼此相殘為食者，投生食肉野獸。食肉者周身惡臭，旁人不喜，為人輕賤，智根鈍濁，種性下劣。佛菩薩及聲聞等共同喝斥肉食，若依舊食肉無慚愧者，必恆常諸根不具。棄捨肉食者將投生為具足智慧福德之婆羅門。所食之肉，若見、若聞、若疑來自屠室者尤當訶責。俱生肉食之邪見者不足以知此。彼當倡言肉食愚見，曰：「肉可食，諸方無遮，諸佛應允。」智者唯喜適量蔬食，見肉食如見子肉。修學安住大悲心之佛子，於任何時處，當嚴禁肉食。於任何處若見肉食即見恐怖，遠離涅槃。遠離肉食乃智者相。

在《大涅槃經》中，佛告弟子迦葉云：

善男子，諸意欲聲聞果者，當從今起斷絕食眾生肉。若有具信布施肉食，當觀如子之肉。」佛子迦葉問佛：「云何當斷絕肉食？」佛答云：「善男子，食肉礙大悲心。諸上求佛道者當從今起斷絕肉食。迦葉，食肉者若坐若臥若行，他眾生聞其味心生怖畏。善男子，如人食辛辣，眾聞其味悉皆遠離，食肉者亦復如是，諸旁生聞其味，心生死怖。」迦葉復問佛：「聖者，若比丘、比丘尼及沙彌等恆常受他人供養飲食。若施主供以肉食，當云何受？」爾時佛告迦葉：「當區分食與肉，洗淨非肉食而用。若鉢清淨無肉餘味，可用鉢盛食之。若否，則應洗鉢。若食供中有肉甚多，則應拒之。若食中見肉，則不應用，若用，則惡業積聚矣！吾嚴禁肉食之理說不能盡。吾即將入大涅槃，無復多言。」

在《央掘魔羅經》與律藏中，佛陀有進一步闡揚肉食之過。再者，蓮花生大士在伏藏法《仁欽忠美》中清楚地喝斥緇素二眾食肉之過，云：「諸佛弟子，無論比丘、比丘尼、沙彌及在家居士等皆應遵奉七種戒律。此即四種根本戒（殺、盜、淫、妄）及嚴禁酒、肉與非時食。」

或許有些人認為佛陀喝斥肉食，乃就遵守小乘七種別解脫戒律的持守者而言，而未必適用於大乘或金剛乘的修持者。但是，以下大乘經文卻明白地指出肉食之過：「肉乃三界流轉食，如劍斬斷解脫根，如火燒盡菩提種，如電遮止人天道。」既然無論在家、出家肉食都是不被允許的，有志於菩提道者則應斷絕肉食。已經發過菩提心、受過菩薩戒者，若食過去父母之肉，將會造下極重的的罪業。即便是在金剛乘，除非是已經實證淨觀了義見的大成就者之外，也是不得食肉的。處悉貝瑪督度仁波切提到他所經驗的一個淨觀，之後，他斷絕肉食：

具大悲心者——觀世音菩薩在我前面的虛空中出現，告訴我說：

「你在菩提道上有些進展，且獲得一些教理知識。但是，你缺乏慈悲心。大悲心是佛法的根本。若有大悲心，則不可能食肉。肉食者會經歷許多痛苦與疾病。看那些可憐的人們呀！每個人都因一己之惡行而受苦……而斷絕肉食者不會經歷這些痛苦，相反地，十方諸佛菩薩、上師、本尊及空行等都會隨喜讚嘆並賜與護佑。」

許多偉大的修行者亦多喝斥肉食如毒食。施身法覺的傳奇女性修持者——瑪吉拉準說：「對我來說，我絕無可能食肉。當我看到旁生充滿恐懼且無助的眼神時，我會產生極廣大的慈悲心。」偉大的寧瑪派瑜珈士——立津吉美林巴祖師說：「就像阿闍梨卡達亞納乞食的故事般，我看到此旁生即是我過去世的母親，我怎麼可能見到屠夫殺害我母親，而我還嚥得下母親的肉呢？可想像我們會多麼憂心呀！因此，只要我們真實地去思維，我們是不可能不對旁生生起大慈悲的。」有些人聲稱自己是修行者，且說：「為了健康著想，多少也該吃一點酒肉，否則身體會衰弱甚至死亡。」這種說法是不正確的。無論如何，若是為了修持佛法，或禁絕酒肉而死亡，這也是值得的。誠如偉大的修持者哲雷立津所說：

我從內心深處，真誠地祈願  
願此生及來世  
生生世世不與食肉飲酒者為伍  
願持守戒律者永不投生在  
酒肉不禁之處  
即便我因禁絕酒肉而亡  
我也會因堅持佛陀戒律的緣故  
而成為真正的修持者



大菩薩巴楚仁波切（烏金吉美卻基旺波）說：「作為一位佛教徒，我們已經皈依三寶。皈依法寶的主要內涵，是我們不能對任何眾生有任何的暴力行為。因此，若是我們繼續吃肉，而這些肉都是無辜的眾生遭受屠殺而來的，這麼一來，我們豈不違反當初皈依三寶所立下的承諾？」在確知酒肉之過患後，我於菩提迦耶金剛座的菩提樹前，以十方諸佛菩薩做見證，立下盡形壽永斷酒肉的誓願。此外，在我所有的寺廟，都立下禁絕酒肉的規矩。因此，任何願意聽我開導者，都不得違越此重要的佛陀戒律。

#### 肆、仁波切論護生的利益

皈依無量壽佛及諸菩薩眾！

此殊勝行的不可思議功德利益，在佛陀經續典籍裡有詳述。印藏諸班智達與成就者亦多立論廣讚此善行。大乘教義的精華——慈悲心，是嚴禁殺生與傷害眾生的基乘基石，同時也是金剛乘行者與被度脫者之間神聖的三昧耶誓句。

此外，一個最主要的重點是，對於在此地球上生存的人類而言，沒有任何罪孽比殺害另一有情更重大的了。這也意味著，沒有任何積功累德之行比放生更加殊勝！我們只要遵循著所有宗教共同的非暴力原則，即可獲得世上的安樂。既然我們不想獲得任何形式的痛苦，我們怎可讓其他生靈去承受呢？

沒有任何供養諸佛的祈願文，比慈悲關懷及斷絕殺害他人、動物、鳥、魚及昆蟲更殊勝的。嘗試解救瀕臨性命危險的生靈，或減輕牠們的痛苦，是慈悲眾生更積極的一步。此外，向被人類殘害的生命唸誦祈願文，也是我們下一步所應該作的。只要我們的心清淨、無私無染，遵循此道必然障礙自消，並帶來內心的安樂與將來的覺悟。



凡有愛心及虔信者必力行不獵殺動物，並勸誡他人共同護生。例如，在慈心的驅動下，我們除了不會對在世界各地遷移，客居本地的候鳥，投石、設網或獵殺外，我們還會盡可能地提供各種可能的援助，讓牠們得以安穩地到達目的地。偉大的班智達阿底峽尊者曾云：「對無助及貧窮者給予慈愛照顧，與觀修空性同等重要。」慈悲心是大乘佛法的基石。

因此，我想熱切地向不分國籍、階級與宗教的所有人類呼籲，共同修持這最簡單卻最深奧的慈悲心。如果我們想讚美佛陀，或想讓佛陀高興，則沒有一個方法比盡我們所能，去拯救無辜、不會說話且沒有防衛能力的動物、鳥、魚及昆蟲，給予牠們寶貴的生命更好的了。

我們的道德規範嚴禁我們取走我們無法給予的東西，我們無法給予其他眾生新的生命，這是閻王死主的管轄範圍。因此，若我們掠奪其他眾生的生命，在我們這一方，將造下極為無恥、傲慢與邪惡的重罪。

我堅信，如果人類普遍接受並修持此慈悲行，則祥和與快樂將降臨在這地球的每個角落，人類的各種痛苦都將銷聲匿跡。我們大家都會極幸運地享有安樂、繁榮、健康與長壽。在這種吉祥的情況下，即便死亡來臨時，我們在心境上也會是平靜、滿足，沒有遺憾的。遠離紛擾的妄念與錯亂，內心正念知佛法的精要，他（她）會在完美的寧靜中往生，且會投生善趣。持續地修持此尊貴之道，在究竟上會導引我們證得涅槃。

普願大眾遵循此最殊勝之道，不僅能累積一己在道上的福德資糧外，而且能廣泛地利益所有眾生。

瑪瑪科臨莎曼他（吉祥圓滿）🌀（全文完）

本文節錄自《白玉法訊》第八期  
民國九十六年十一月出版