從醫學觀點推論佛家爲何戒飲酒

高禎擇

佛家制定的五戒，包括了：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。這五戒的前四種，不殺、不盜、不淫、不妄，幾乎是全世界各大宗教所共同遵守的普遍性戒律。其道理非常明顯，因爲這些都是損害別人和破壞社會秩序的行爲，而且對宗教生活和行持也會形成重大的損害或阻礙，所以是必須戒除的。至於佛陀爲何要戒酒呢？許多人對此大惑不解，因爲許多人都認爲：「飲酒本身既不傷害別人，飲少量的酒又不會對自己的身體造成多大的傷害，甚至有人認定喝點酒可以延年益壽，使人健康。」爲了澄清耳目，堅定吾人對戒條的信心，特地從醫學界對飲酒所做的研究報告，來推論佛陀當初制定不飲酒戒條的本懷。

(一)飲酒所產生的一般臨床症狀

一般人都認爲，酒是刺激物；但事實上，酒精卻是神經系統的抑制劑。酒可以作用於腦部的高級神經中樞，使人失去感覺而麻痺，因此抑制了大腦對行爲控制的能力，使飲酒者不自覺地放縱衝動，把深鎖於潛意識的原始情緒表現出來。據研究，一般飲酒者都會經歷溫暖、誇大及安適的感覺；在這種心境下，許多世間不愉快的事情都會忘得一乾二淨，而自覺滿足。

當飲酒者的血中酒精濃度達到千分之一時，就被認爲是酒精中毒了，也就會產生上述種種症狀。當血中酒精濃度達到千分之五，整個神經系統將失去平衡而喪失意識。當血中酒精濃度超過萬分之五十五時，就會致人於死。

至於要喝多少酒，才算中毒劑量呢？這是因人而異的，但平均約在兩瓶到六瓶啤酒之間，即可造成中毒。（註一）

通常，是由聚在體液（如血液、組織外液）內的酒精量來決定是否中毒，而不是由喝下的量來決定。因爲酒精對個人的影響，往往與其人格、生理狀況、胃中所含的食物量及飲酒的時間長短等因素有關。而且，常常喝酒的人，可以使體內對酒精產生耐力，也就是增加酒量，所以往往必須喝更多的酒，才會造成預期的症狀。此外，飲酒者的態度也非常重要，雖然血中酒精濃度愈高，臨床症狀愈明顯，但是許多人可以在意識的控制下，喝下大量的酒，也不會出現明顯的中毒現象。（註二）

(二)酒精對神經系統的影響

酒精對人體組織器官的影響，隨著醫學研究的發展，有許多的文獻報告，在此只就神經系統與肝臟兩方面加以討論。

身體器官系統中最易受到酒精傷害的就是中樞神經系統。電生理學研究顯示，酒精正如其他的麻醉藥品一樣，可以對大腦負

責中間神經的訊息傳遞功能產生抑制作用，尤其是對於網狀活化系統（Reticular activating system）及某些特定的皮質區域，特別敏感。（註三）所謂網狀活化系統，乃是位於腦幹中的網狀形成（Reticular formation），它是由許多錐狀小神經元細胞以複雜、互相纏繞的形式組成網狀系統。這個系統的活動主要是負責意識、機敏、警惕與覺知的功能。除此之外，它尚有控制呼吸、血壓、心跳速率、內分泌、條件反射及其他生理作用。（註四）由於酒精之類的痲醉劑特別容易作用於此，使大腦皮質不受到其他系統（如網狀活化系統）的控制，因此有關於思慮的種種過程，呈現一片混亂，有如萬馬奔騰之勢。於是平素所受的社會規範與禮儀訓練，首先受到影響。這對一個嚴格要求身口意三業清淨的梵行者來說，無非是修行的一大障礙。

其他較微細的分別作用、記憶力、專注力、洞察力等，也都將顯得遲鈍甚或喪失；人格也會變成誇大狂、信心充滿；心境毫無受到控制，情緒如火山一樣，隨時可能爆發。這些精神上的改變，也會帶來感覺與運動功能的受阻。

實驗更顯示，酒精既不會增加生理，也不會增加心理上的功能。相反地，只會減低工作效率，尤其是需要思慮與技巧的工作（註五）。

說到這兒，也許有人會提出異議：我喝酒，也不會喝到這種程度！為了說明酒精作用程度如何，我們先必須了解，酒精對神經系統的作用情形。酒精對中樞神經系統的作用程度，通常是與血中的酒精濃度成正比。但是，當胃空腹時，胃腸吸收的速度特別快，即使喝下一點點的酒，血中酒精濃度就可以達到相當高的程度（註六），再加上酒精在體內有獨特的代謝作用；它不像其他揮發性全身性痲醉劑，大概只有所飲下的百分之五至十可經呼吸與尿液排出，而其他的百分之九十五到九十將留在體內代謝氧化，直到完全為止。而且它的氧化率非常低，一般人平均只有每小時六到八克的酒精代謝，可見它的作用期可以很長了。

在此，摘自律藏中的一段小故事：

制地國中有一毒龍，性極暴惡，時常為害稼穡，其所居池邊，水陸空飛，無敢近者，時有尊者，名曰善來，以巧方便，令其調伏，因此名流八方，於是競與供養，漸次遊化，至室羅筏城，有一近事女，奉上飲食，食多鹹味，須臾增渴，為渴所逼，現身求飲。時近事女，作是思惟，尊者所食，極為肥膩，若飲冷水，或當致病，遂設方便，授以清酒，彼不審察，便取飲之；後收衣鉢，詣勝林寺，將至，醉悶酗眩便倒，衣鉢錫杖，悉盡狼籍在地，露體而臥，無所覺知。時阿難隨佛經行遇見，世尊知而故問：「此臥者誰？何為此間醉酒而臥？」阿難白佛：「此是善來。」佛告阿難，可集僧衆，僧衆集已，阿難敷如常座，請佛結跏趺坐。爾時世尊，告諸比丘衆：「汝等聞見善來比丘，曾以巧便制伏毒龍否？」諸比丘衆，隨將見聞奉答世尊。佛言：「汝等於意云何？善來今能伏蝦蟆否？」比丘皆曰：「不也，世尊！」爾時如來，以種種方便呵斥酒過，並告諸比丘曰：「汝等若稱佛為師者，自今已往，下至茅端所沾酒滴，亦不得飲。」

由這一段說法就可以知道，飲酒的過患是如此嚴重，會妨害修道。一個有修行的人，其定慧功夫都已經達到某種的程度了，喝了酒仍會落到這種醉爛如泥的地步，更何況是五陰熾盛的凡夫呢！

從上述的醫學文獻報導，我們可以肯定「酒能亂性」的事實。酒能使人致醉，神志昏迷，容易做出錯事，所以釋尊才會嚴禁佛弟子不得飲酒，並且曾經說過，只要飲下一滴酒的人，他就不是我的弟子。自古以來，為著飲酒而失敗誤事的不勝其數，如紂王、幽王等，廣作酒池，不分晝夜地長飲，以致失去常性，亂殺大臣，終於國破身亡。號稱詩仙的李太白，也是因為飲了過度的酒而亂性，誤認月在河底，為欲取月，投入水內而溺死。

(三)酒精對肝臟的傷害

酒精除了直接傷害到中樞神經系統外，間接地也對肝臟產生傷害，而且情況也甚爲嚴重。當酒精中毒時，酒精就足夠改變身體的代謝機制（牽涉到複雜的生化問題，在此不多做說明），使得本來爲肝臟所能代謝的脂肪，不能爲肝臟所能完全處理，以致脂肪堆積於肝細胞內，造成脂肪肝（Fatty Liver）。除此以外，它還可以使體內周邊組織的脂肪增加分解，隨血液運送到肝中堆積，並增加肝臟內甘油三酯（Triglyceride TG），即中性脂肪的合成，與脂蛋白的移出肝臟受阻。許多證據顯示，即使在營養相當豐富而且俱全的飲食下，酒精仍然會誘導脂肪肝的形成。有人做實驗，結果顯示：沒有喝過酒的年輕志願者，在每天喝下十八到廿四盎司（ounce;1 ounce 29.6 C.C,U.S.A）的酒精（相當於十八到廿四瓶的啤酒）情況下，兩天內即產生肝內脂肪變化（fatty change）。要注意的是這些志願者所食下的食物，都是高蛋白、低脂肪，而且比平常好，且實驗前皆爲健康者。在長期酗酒的情況下，脂肪肝即可能進一步造成肝細胞的死亡，而造成酒精性肝炎；更進一步的惡化，可能產生肝硬化，造成全身水腫、黃疸、腹水、門脈高壓而造成靜脈曲張，甚至吐血死亡。即使沒有吐血死亡，也極可能造成肝癌。（註七）

在美國，十個酗酒中，就有一人是肝硬化的病人。在台灣，這種因酗酒而引起的肝硬化情況較少，部分原因可能是中國人喝酒多喜愛小菜、花生伴佐，這些可以提供酒精脂肪代謝所需要的醣類。中國人的肝硬化，多因肝炎所引起。

典型地，這些酗酒者多會忽略平時的飲食營養，因而造成營養不良症狀，如缺乏維生素而引起的腦疾、貧血、凝血不良、極易出血、記憶減退、視覺模糊……等症狀。

中國醫學之經典——內經上說：「肝臟血」。就以現代醫學觀點來說，血球是由骨髓所製造，但是造血原料——鐵質的運送，凝血因子——血漿蛋白質的維持，都是由肝來合成與控制。肝臟功能一有障礙，這些蛋白質的合成都有問題，因此極易造成內外出血、貧血、水腫等症狀。血球與血液乃供應組織細胞的唯一介質，血液有了毛病，生命只能苟延殘喘了。

(四)酒可以使人上癮

喝酒給人造成的傷害，已經略述如上。談到這兒，平常對酒並不排斥而且對它有興趣的人就可能會說，我不會酗酒致此！其實，酒之所以廣泛地造成個人身體傷害死亡，乃至家庭破裂，進而造成社會問題、交通事故增加，其背後有一點很誘惑人的因素，就是酒精有使人上癮的作用，就如其他的安眠鎮靜劑一樣，可以使人無法自拔。有人曾經在二千位酒鬼中做過研究，大略指出酒精上癮的最初主要原因：（註八）

在傳統的社交活動下開始接觸到酒，由於馬上經歷到酒可以給他們從現實工作環境中，所受到的壓力競爭中獲得暫時解脫，所以會留戀此可愛的杯中物。最初的喝酒動機可能是想藉此消愁，「解除」或逃避壓力；但漸漸地，身體對酒精開始產生耐力，所以他必須喝更多的酒以得到他以前所曾經擁有過的感覺，如此乃至必須天天喝它。這種由偶爾喝喝到常常飲酒的改變，只需要幾個月的時間，最長不超過兩年。

所以，稍有理智而知飲酒過患的人，決不隨便飲酒。或在某種的場合，上位的予以酒飲，亦當設法的棄去。歷史上有名的齊桓公，曾經以酒給管仲喝，管仲接受了酒，立刻倒去了一半。這在一般說來，當然是不禮貌的，所以桓公立即對管仲說：「酒是可以任意加以捨棄的嗎？」管仲很巧妙地回答說：「我曾經聽說飲酒會失言的，說話失言，會有棄身的危險，我寧可棄酒而不願棄身，所以請公鑒諒！」

佛家所謂的五戒，事實上就是中國儒家的五常（仁、義、禮、智、信）：仁是不殺生，義是不偷盜，禮是不邪淫，信是不妄語，智是不飲酒，貪瞋癡三毒，衆生無不具足，而三毒之根乃是無明，衆生倘若執迷此物不悟，眞是「朽木不可雕也」。

(五)戒酒也當戒煙

煙與酒，本來都是一類的東西，都會傷害人們的身體，更是壽命的障礙物。在龍拔菩薩的記中說：

吸煙之害，不生三戒本續中，三毒俱備故也；不生六度本續中，六垢俱備故也；不容觀修生起次第，以其於佛前觸犯其障故也；不容觀修圓滿次第，以一切根本道，為煙所障故也；不容趨至三寶佛殿前，以減少彼等之功德故也。……。

清晨吸煙，阻斷動脈流行，臨命終時，不容或現光明；午間吸煙，阻斷靜脈流行，於中陰時，不容或現報身；昏暮吸煙，阻斷中脈上端，於投生時，不容或現化身。何況煙氣惡劣，當為諸善士所共棄，必須速除，若不戒斷，終必符合世尊已往金口誠言，今世貧窮，漸至墮於惡趣，身色不美，而受生於汚穢之處。蓋吸煙者，多半於不淨之中，及食便溺者之族類中也。

看了上段的文字，可想而知煙毒之可怕了。現代醫學更是肯定煙是致癌物質，會引起肺癌，乃至縮短壽命。佛陀沒有制定禁止吸煙的戒條，想必是當時尚未有煙草之類的東西吧！煙毒害人之深，想必佛陀必定禁止。

(六)結論——兼說戒定慧三學

當釋尊臨滅時，阿難尊者曾提出四個問題請教釋尊，其中一個是：

佛涅槃後，誰當作師？

釋尊回答說：

汝等比丘，於我滅後，當尊重珍敬波羅提木叉，如闇遇明，貧人得寶，當知此即是汝等大師，如我住世無有異也。

遺教經：戒為正順解脫之本，故名波羅提木叉。

又在舍利弗問經上，解釋「波羅提木叉」的涵義：

波羅提木叉，名最勝義，以何義故，名為最勝？諸善之本，以戒為根，衆善得生，故言勝義。復次，戒有二種：一、出世，二、世間，此世間者，能與出世作因，故言最勝。復次，戒有二種：一者依身口，二者依心，由依身口戒，得依心戒，故名最勝。

由上，我們可以知道佛門七衆（比丘、比丘尼、式叉摩那、沙彌、沙彌尼、優婆塞、優婆夷），所受的戒律，都是要防止身口七支的罪惡。對小乘來說，「戒是正順解脫之本」；對大乘來說，「戒為無上菩提之本」。不管如何，學佛是要以戒為始基，正如瓔珞本業經上說：『一切衆生，初入三寶海，以信為本；住在佛家，以戒為本。』可見戒律對欲求解脫生死者的重要了。

佛法總綱：戒、定、慧三無漏學。吾人學佛的目的乃是要斷除煩惱、了脫生死。欲達到此目的，非依慧莫能；而此種無漏智慧，必須在正定的基礎上發生；正定則需要依止淨戒。此由遺教經：因依此戒，得生諸禪定，及滅苦發慧可以確定。

五戒表解中提到釋尊制定五戒的制意，其中酒戒的制意為：一者，失禮儀。酒能令人迷醉，失禮貌威儀。二者，破淨戒。醉時能破一切戒品，墮落惡道。三者，失定慧。酒醉亂心，昏失明慧，令人興奮散亂。癡迷顛倒故。四者，損財物。使人消耗財物，損依報故。五者，增疾病。引生多種疾病，損正報故。六者，生災禍。引生聚仆傾跌、鬥毆兇殺、車禍等故。七者，三世諸佛法爾不飲酒故。

由前面的醫學報導，再看看佛陀制定酒戒的制意，直接讓我們感受到佛陀的大智慧。佛陀當初制定酒戒時，除了考慮酒能傷身外，還考慮到「是酒起罪因緣」：人類社會很多的過患與紛爭，都是由於飲酒而造成的，佛弟子很多戒行的不清淨，亦是由於飲酒而毀犯的，甚至傾國喪家，亡身失政，亦多由於飲酒使然的。大莊嚴論：佛說身口意，三業之惡行，唯酒為根本。分別善惡報應經也記載了飲酒有三十六種過失。如此可以想見酒過患之重

最後以一個爲著飲酒而犯戒的故事，作爲本文的結束。

昔某因為飲酒失性，看見鄰家的一隻鷄走來，遂乘時執殺，烹煑佐酒（犯殺、盜二戒）。之後，鄰婦前來找覓失鷄，他答不見（犯妄言戒）。醉飽易起淫念，看見鄰婦，遂强迫成奸（犯邪淫戒）。因一時的酒醉，而致五戒俱犯。（註九）

參考書目：

註一、Andres Goth :Medical Pharmacology,11th ed.NB-C. P297,1985.

註二、James C. Coleman:Abnormal Psychology and Modern Life.4th ed. Scott,Foresman and Company, PP406～410,1972.

註三、Goodman and Gilman's:The Pharmacological Basis of Therapeutics.6th ed.Macmillan Publishing CO. INC,New York,PP376～379,1980.

註四、William F. Ganong:Review of Medical Physiology.11th ed.Mei Ya（Taiwan ed.),P146,1984.

註五、同註三

註六、同註三

註七、Stanley L. Robbins,Ramzi S. Cotran:Pathologic Basis of Disease.2nd ed,九州出版社，PP.1045～1054,1984.

註八、同註二，PP.411～418.

註九、佛學部分，參考有：

梵網經菩薩戒本講記上册・演培法師著・慧日講堂印行。

律宗教義及其紀傳・慧嶽法師著・法藏出版社印行。

五戒表解・懺雲法師編述。

嘉義 玉山岩 香光寺傳授千佛護國在家 三皈五戒 菩薩戒 通啓

本寺爲慶祝祇園講堂、陶鎔關房、海衆僧寮之啓用，爲感念三寶庇佑，並秉承世尊遺教，弘揚戒法，淨化人心，安定社會。謹訂於民國七十六年（農曆八月十九）日起至（十五）日止七永日，傳授在家三皈五戒、菩薩戒，提供有心修學佛法者共同研戒、學戒、受戒、持戒，令其深種菩提正因，盡形壽以戒爲師，使佛陀殊勝教法，藉戒法之弘揚而久住世間。恭請

上悟下明老法師爲得戒和尚

上淨下心大法師爲羯摩阿闍黎

上心下田大法師爲教授阿闍黎

上圓下宗大法師爲開堂和尚

以此傳戒功德，回向佛日增輝，法輪常轉；世界和平，國運昌隆，法界有情共成佛道。謹將傳戒事項列舉如后：

一、傳戒日期：中華民國七十六年（農曆八月十九）日至八月（十五）日止七永日。

二、受戒資格：凡皈依三寶，身心健康，無不良嗜好者，皆可報名。

三、報名日期：即日起至七十六年（農曆八月十三）日截止。

四、受戒費用：免收戒費，縫衣由本寺結緣。

五、携帶物品：海青、身份證、佛教會會員證、棉被、換洗用具。

六、傳戒地點：嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州四九之一號玉山岩香光寺。

七、交通路線：各地搭車至嘉義火車站

①乘嘉義縣營公車搭往內埔、塘下寮、番路至祇殿站下車，步行約五分鐘即到。（車資十二元）

②計程車至香光寺。（車資一八〇元）

八、戒會設齋分爲：護法大齋壹萬元，福壽大齋陸任元，上堂齋肆任元，吉祥齋參任元，如意齋貳任元，羅漢齋壹任元，點心齋陸佰元。

九、戒期中恭設梁皇懺壇、延生祿位、往生蓮位爲信施檀越祈安納福，並薦拔親恩，運增上品。

歡迎踴躍參加，請及早登記。

敬請踴躍報名參加求戒，並請諸山長老，護法善信，設齋供養，擁護戒會。

玉山岩 香光寺 住持 釋悟因 釋心志 謹啓

地址：嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州四九之一號

電話：（〇五）二五四一二六七

郵政劃撥：0330869 4—香光寺

・樂助美佛會莊嚴寺申謝啓事・

寂 僧大德 二千元 已入代表處莊嚴寺捐款戶