
50
UPOSATHAS
2027
Uposatha Observance Days
布薩受戒日


斯里兰卡森林传承——吉祥至善禅修者僧院创立75周年
2026年6月18日 周四



2027

布薩曆法 Uposatha Calendar

排版：法慧
TypeSetting by: DhammaPaññā
編輯：法錦出版社
Compiled by: DhammaJāta Publication

伍波思特的緣起
Uposatha Origin

伍波思特簡介
INTRODUCTION

佛教僧團傳統 Tradition:
每隔半個月念誦《巴帝摩卡》戒經
Fortnightly chanting of the Pātimokkha Discipline Sutra.
僧團誦戒稱為“伍波薩他”
Called "Uposatha" in the Sangha.



詞源學分析
ETYMOLOGICAL ANALYSIS

upavasatha + posadha

upavasatha = upa(近/隨 Near/With) + vas(住 Abide) = “近住” Abiding near
(特定的日子經持齋戒 Observing precepts on specific days)

posadha = posa(長養 Nourish) + dha(淨 Nourishing purity) = 長養淨



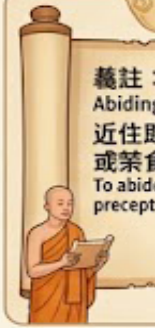


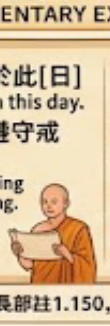


《僧舍誦戒》《南海寄歸內法傳》《毗尼母經》

義註解釋
COMMENTARY EXPLANATIONS

義註：近住於此[日]
Abiding near on this day.
近住即通過遵守戒或茶食而住
To abide by keeping precepts or fasting.





- 誦巴帝摩卡的伍波薩他 Uposatha for chanting Pātimokkha
- 戒 Precepts
- 持戒 Keeping precepts
- 觀念 Concept
- 應近住之日 The day for abiding near



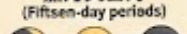
長部註1.150，中部註3.85

伍波薩他的三種意思
THREE MEANINGS OF UPOSATHA

1. 齋日
SPECIFIC DATES - ZHAIRI



黑月與白月
(Fiftsen-day periods)



每半月中的：
第八日、第十四日、第十五日
(8th, 14tk, 15th days of each half-month)

2. 在家八戒
LAITY'S EIGHT PRECEPTS



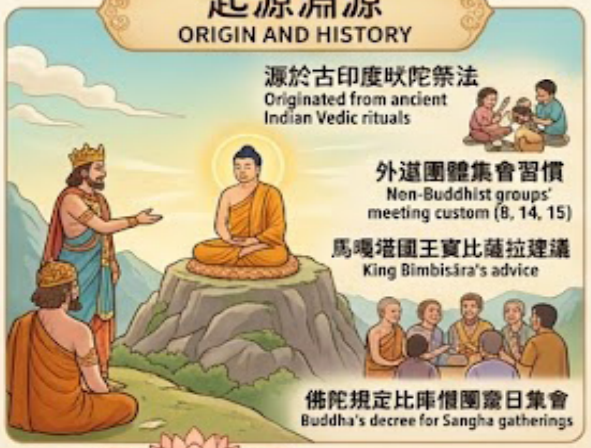
居士齋日親近僧團
Laity visiting Sangha on Zhairi
聽聞佛法、受持八戒
Listentng to Dharma, taking 8 precepts
具足八支伍波薩他戒法
The Eight-fold Uposatha Precepts

3. 僧團誦戒
SANGHA'S CHANTING PRECEPTS



月圓日與月黑日舉行
Upeastha on Full snd Dark Meon days
齊集界場舉行舉甘馬
anok 2-3 4 or more
念誦戒本《巴帝摩卡》
Chanting the Pātimokkha collection of precepts

起源淵源
ORIGIN AND HISTORY



源於古印度吠陀祭法
Originated from ancient Indian Vedic rituals
外道團體集會習慣
Non-Buddhist groups' meeting custom (8, 14, 15)
馬嘎塔國王賓比薩拉建議
King Bimbisāra's advice
佛陀規定比庫僧團齋日集會
Buddha's decree for Sangha gatherings

《律藏·誦戒篇》
THE VINAYA PITAKA

1. 佛陀與賓比薩拉
Buddha and Bimbisāra



2. 允許半月集會
Allowing Half-Month Assemblies
諸比庫，我允許在半月的十四日、十五日及八日集會。



3. 允許誦巴帝摩卡
Allowing Pstimokkha Chanting
應允許他們誦這巴帝摩卡，以此為伍波薩他甘馬。



4. 制半月一次規定
Specifying Fortnightly Frequency
不應半個月誦三次...我允許每半個月一次——在十四日或十五日——誦巴帝摩卡。



伍波思特簡介

【Uposath 伍波思特的緣起】

佛教僧團有每隔半個月念誦《巴帝摩卡》戒經的傳統。因此，僧團誦戒稱為“伍波薩他”。

伍波薩他，巴利語uposatha的音譯。該詞源於梵語upavasatha。

若從詞源學的角度來分析，upavasatha 由 upa（近、隨）+ vas（住）+ atha組成，直譯為“近住”，即在特定的日子裡持齋戒的意思。[1]

---

[1]該詞的佛教梵語被寫作posadha, posatha或uposadha，所以古代將之音譯為布薩、布灑他、褒灑陀、逋沙他等。若准此，則posadha = posa （長養、養育） + dha （淨），有長養、長養淨、增長等義。

如《俱舍論記》卷十六中雲：“布灑陀，此雲長養。謂聞說戒長養善根。舊雲布薩，訛也。”

唐義淨法師在《南海寄歸內法傳》卷二注雲:“褒灑，是長養義；陀，是淨義。意明長養淨除破戒之過。昔雲布薩者，訛略也。”

《毗尼母經》卷三雲:“斷名布薩，能斷所犯，能斷煩惱，斷一切不善法，名布薩義。清淨名布薩。”

因此，北傳佛教的posadha在詞、音、義等皆與巴利語uposatha有所不同。



義註中如此解釋“伍波薩他”：

“‘近住於此[日]’為伍波薩他。近住即是通過遵守戒或禁食而住的意思。在此舉出一些意思：‘來，賢友咖比那，我們去伍波薩他吧’等為誦巴帝摩卡的伍波薩他。‘維薩卡，如此以八支具足而住於伍波薩他’(增5.43)等為戒。‘二月確實常清淨，伍波薩他常清淨’(中1.79)等為持戒。‘龍王名叫伍波薩他’(長2.246)等是概念。‘諸比庫，不得在伍波薩他當天從有比庫的住處[前往無比庫的住處]’(大品181)等為應近住之日；這才是這裡的意思。由於它可分為八日、十四日、十五日三種，所以排除了其餘兩種而說在十五日。由此而說：‘近住於此’為伍波薩他。”(長部註1.150；中部註3.85)

綜合上述義註的解釋，伍波薩他有三種意思：

1.一個月當中特定的日期——齋日

古印度的曆法屬於太陰曆，一年分十二個月，月分按月亮繞地球運轉的週期推算。推算方法是從每個月圓日的第二天明相出現(aruṇuggamana黎明)時開始算起，到下一個月圓日的第二天明相出現為至結束[2]，約三十天（小月為二十九天）的時間為一個月。如此，每個月又可分為兩個半月：從月圓日翌日開始到月黑日為“黑月”，從月黑日翌日開始到月圓日為“白月”。其中，月黑日與月圓日兩天皆稱為“十五日”(paṇṇarasika)。若遇小月，月黑日也可以在十四日。於是，在每半個月中，第八日、第十四和第十五日皆稱為“伍波薩他日”或“齋日”(upo-satha-divasa)。齋日的日期約相當於中國農曆的初八、十四、十五、二十三、廿九與三十日。

2.在家居士所持守的學處之一——八戒

自從佛陀在世時開始，在家居士就有於每個月的齋日來到塔寺，親近僧團，聽聞佛法，受持八戒的傳統。由於八戒多數是在“伍波薩他日”受持的，所以稱為“具足八支(條)的伍波薩他戒法”(aṭṭhaṅga samannāgata uposatha-sīla dhamma)。[3]

---

[2]與中國農曆不同的是：農曆從每月的朔日(初一)算起，而古印度曆則是從十六日算起。



3.僧團舉行的甘馬之一——誦戒

佛陀規定：比庫僧應在每個月的月圓日和月黑日兩天舉行伍波薩他。在這一天，共住同一界內的所有比庫僧應齊集界場[4]，舉行伍波薩他甘馬(uposatha-kamma)，念誦戒本《巴帝摩卡》(pātimokkhuddesa)。[5]

由於“伍波薩他”含有上述幾種意思，以“多義不翻”故，在一般情況下多採用音譯，必要時才採用意譯。

伍波薩他源於古印度吠陀以來的祭法。佛陀在世時，其他外道團體有於每半個月的八日、十四日、十五日舉行集會的習慣。佛陀接受馬嘎塔(Māgadha)國王謝尼亞· 賓比薩拉(Rājā māgadha seniya Bimbisāra)的建議，規定比庫僧團應於齋日集會，向信徒們說法，後來又規定於每半月的十五日或十四日齊集誦《巴帝摩卡》。佛教僧團於每半月舉行伍波薩他誦戒的制度由此而來。

在《律藏· 誦戒篇》中說：

在《律藏· 誦戒篇》中說：

“當時，佛陀住在王舍城鷲峰山。那個時候，外道遊方僧們在半月的十四日、十五日及八日集會說法，人們前往該處聞法。他們對外道遊方僧獲得喜愛、獲得信心，外道遊方僧們獲得了信徒。

---

[3]北傳佛教也作八關齋戒、八戒齋。只要條件許可，居士可以在任何時候受持“伍波薩他八戒”，而非特定要在齋日才能受持。

[4]界場：巴利語sīmā。共住在一所寺院或某一區域內的僧團為了舉行誦戒、自恣、達上等甘馬而認定的特定場所或建築物。

[5]只有一名比庫獨住，須作決意伍波薩他；若兩、三位比庫共住，須作清淨伍波薩他。若比庫人數為四位或以上，須作誦戒伍波薩他。



當時，馬嘎塔國王謝尼亞· 賓比薩拉在僻靜處靜坐，心中生起如是思惟：現在外道遊方僧們在半月的十四日、十五日及八日集會說法，人們為聞法前往該處。他們對外道遊方僧獲得喜愛、獲得信心，外道遊方僧們獲得了信徒。就讓諸聖尊們也可在半月的十四日、十五日及八日集會。’

於是，馬嘎塔國王謝尼亞· 賓比薩拉來到跋嘎瓦之處。來到之後，頂禮跋嘎瓦，坐在一邊。坐在一邊的馬嘎塔國王謝尼亞· 賓比薩拉對跋嘎瓦如此說：
‘尊者，於此，我在僻靜處靜坐，心中生起如是思惟：現在外道遊方僧們在半月的十四日、十五日及八日集會說法，人們為聞法前往該處。他們對外道遊方僧獲得喜愛、獲得信心，外道遊方僧們獲得信徒。就讓諸聖尊們也可在半月的十四日、十五日及八日集會。薩度！尊者，諸聖尊們也可在半月的十四日、十五日及八日集會。’

於是，跋嘎瓦向馬嘎塔國王謝尼亞· 賓比薩拉說法、開示、勸導、鼓勵、令喜悅。當時，馬嘎塔國王謝尼亞· 賓比薩拉對跋嘎瓦的說法、開示、勸導、鼓勵[生]喜悅後，從座而起，頂禮跋嘎瓦，右繞離開。

“當時，佛陀住在王舍城鷲峰山。那個時候，外道遊方僧們在半月的十四日、十五日及八日集會說法，人們前往該處聞法。他們對外道遊方僧獲得喜愛、獲得信心，外道遊方僧們獲得了信徒。

於是，跋嘎瓦於此因緣、於此機會說法而告訴比庫們說：
‘諸比庫，我允許在半月的十四日、十五日及八日集會。’” (Mv.132)

“當時，跋嘎瓦在僻靜處禪坐，心中生起如是思惟：‘現在我為比庫們所制定的學處，應允許他們誦該巴帝摩卡，他們將以此為伍波薩他甘馬。’

於是，跋嘎瓦在傍晚禪坐起來後，於此因緣、於此機會說法而告訴比庫們說：
‘諸比庫，於此，我在僻靜處禪坐，心中生起如是思惟：‘我為比庫們所制定的學處，應允許他們誦該巴帝摩卡，他們將以此為伍波薩他甘馬。諸比庫，我允許誦巴帝摩卡。’” (Mv.133)



“那個時候，比庫們以跋嘎瓦允許伍波薩他日誦巴帝摩卡，在半個月中誦了三次巴帝摩卡——在半月的十四日、十五日及八日。跋嘎瓦因此宣告：

‘諸比庫，不應半個月誦三次巴帝摩卡。若誦者，犯惡作。諸比庫，我允許每半個月一次——在十四日或十五日——誦巴帝摩。’”(Mv.136)

不造一切惡，實行一切善，及清淨自心，是諸佛所教。

諸佛說：‘忍辱是最好的德行，涅槃至上。’出家人不會傷害他人，傷人者不是沙門。

莫辱罵、莫傷害、應依照戒律自制、飲食知節量、安住於靜處、勤修增上心，這是諸佛的教誡。

《法句 · 第 183-5 偈》

Buddha Sāsanaṃ Ciraṃ Tiṭṭhatu.

願佛陀教法久住世間！

May the Buddha’s Dispensation be Prolonged.

“Sabbe Sattā Bhavantu Sukhitattā.”

願一切有情眾生幸福。

May all beings be Well & Happy.



“維薩卡齋戒經”
Visakhuposatha Sutta

《增支部·三集·七十一經》 Aṅguttara Nikāya 3.71 Visakhuposatha Sutta

有此三種齋戒
THERE ARE THREE TYPES OF UPOSATHA

牧牛人齋戒
HERD-OWNER'S UPOSATHA



以此俘隨着貪愛之心度日
Spending the doc accampanied by cracing.

无大果報
NO GREAT FRUITS

尼幹陀齋戒
NIGANTHA'S UPOSATHA



丢棄一切衣服
discarding all clothes

说虚妄语，不与取
Speaking falsehoods. Taking what's not given.

无大果報
NO GREAT FRUITS

聖齋戒
NOBLE UPOSATHA



有大果報
HAVE GREAT FRUITS

如何對被汙染的心用办法净化
HOW TO PURIFY A DEFILED MIND

1. 隨念如來
(隨念佛齋戒)
Recollecting the Buddha
(Noble One's Dwelling)



喻 Metaphor



心的汙垢即被捨斷
Defilement of the mind is abandoned.

2. 隨念法
(隨念法齋戒)
Recollecting the Dhamma
(Dhamma Dwelling)



喻 Metaphor



自見、導向涅槃
Dhamma is visible. Leads to Nirvana.

3. 隨念僧
(隨念僧齋戒)
Recollecting the Sangha
(Sangha Dwelling)



喻 Metaphor



世间無上的福田
The supreme field of merit.

4. 隨念戒
(隨念天齋戒)
Recollecting Precepts
(Virtue Dwelling)



喻 Metaphor



導向於定
Leads to concentration.

5. 隨念天
(隨念天齋戒)
Recollecting Devas
(Deva Dwelling)



喻 Metaphor



隨念信、戒、闻、捨、慧
Recollecting Faith, Virtue, Learning, Generosity, Wisdom.

具足八支的聖齋戒
Noble Uposatha with Eight Precepts

1. 不殺生 No Killing
2. 不偷盜 No Stealing
3. 不淫欲 No Unchastity
4. 不妄語 No Falsehood
5. 不飲酒 No Intoxicants
6. 不非時食 No Untimely Food
7. 不戴花鬘、观听歌舞 No Garlands. No Dancing/Music
8. 不坐臥高大床 No High or Large Beds

以此功德分效法阿拉漢們
Emulate Arahants with this merit portion.

以此功德分效法阿拉漢們
Emulate Arahants with this merit portion.

比起天界之樂，人间王位微不足道
Compared to Deva-joy, Human Kingship is insignificant.



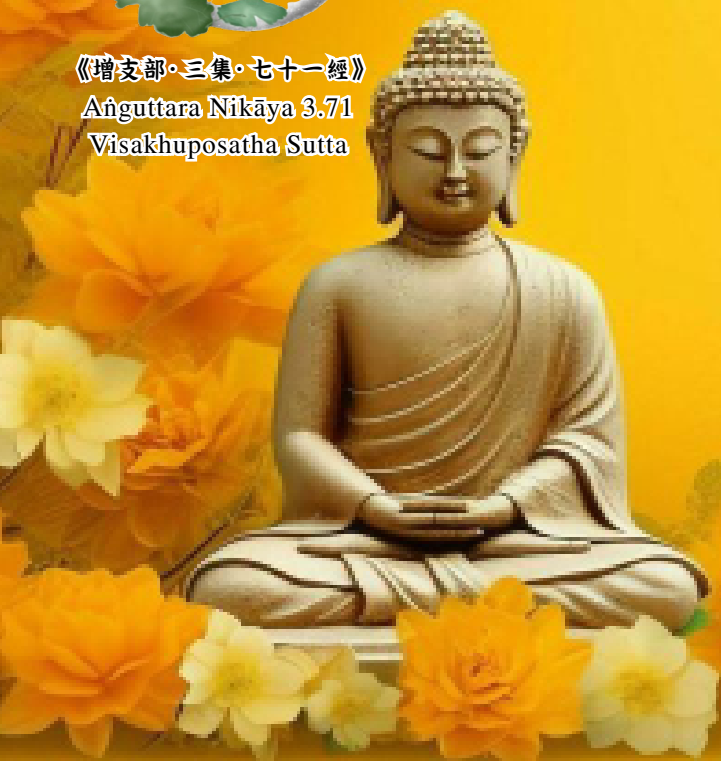
日月、財寶相比具八支齋戒不及十六分之一
Compared to Eight Precepts Uposatha, Moon, Sun and Treasure don't equal even one-sixteenth.

做了生樂諸功德，无可指責到天界
Did merit of pleasant fruits, go to heaven blameless.

隨順佛所說
Buddha's words.
比庫滿意實踐
Bhikkhus satisfied

維薩卡齋戒經

《增支部·三集·七十一經》
Aṅguttara Nikāya 3.71
Visakhuposatha Sutta



如是我聞：一時，跋葛瓦住在沙瓦提城東園彌嘎勒母殿堂。

當時，彌嘎勒母維薩卡在齋戒日當天前往跋葛瓦之處。來到之後，頂禮跋葛瓦，坐在一邊。跋葛瓦對坐在一邊的彌嘎勒母維薩卡這樣說：
“嗯？維薩卡，妳為何在日中午時前來呢？”“尊者，今天我近住齋戒。”

“維薩卡，有此三種齋戒。哪三種呢？牧牛人齋戒、尼幹陀齋戒、聖齋戒。

維薩卡，什麼是牧牛人齋戒呢？維薩卡，就如牧牛人在傍晚時分把牛群歸還給主人後考慮：‘今天牛群在某處和某處地方放牧，在某處和某處地方喝水。明天牛群將在某處和某處地方放牧，將在某處和某處地方喝水。’同樣地，維薩卡，在此有些齋戒者如是考慮：‘我今天吃了這樣和這樣的嚼食，吃了這樣和這樣的啖食；我明天要吃這樣和這樣的嚼食，要吃這樣和這樣的啖食。’他以此伴隨著貪愛之心度日。維薩卡，這是牧牛人齋戒。維薩卡，近住這種牧牛人齋戒無大果報、無大功德，無大光明，無大遍滿。

維薩卡，什麼是尼幹陀齋戒呢？維薩卡，有一類沙門叫尼幹陀，他們這樣勸導弟子：‘嗨，人啊，妳來吧！對東方一百由旬那邊的眾生放棄棍棒，對西方一百由旬那邊的眾生放棄棍棒，對北方一百由旬那邊的眾生放棄棍棒，對南方一百由旬那邊的眾生放棄棍棒。’如是勸導同情、悲湣一些眾生，勸導不同情、不悲湣一些眾生。他們在齋戒日當天這樣勸導弟子：‘嗨，人啊，妳來吧！丟棄一切衣服後這樣說：‘我何時何處都不屬於任何人的，我在任何內外處也沒有任何物。’然而，他的父母知道‘這是我們的兒子’，他也知道’這是我的父母’；他的妻子知道’這是我的丈夫’，他也知道‘這是我的妻子’；他的奴仆、工人、傭人知道’這是我們的主人’，他也知道‘這是我的奴僕、工人、傭人’。

如是在應勸導說真話的時候，那時候卻勸導說虛妄語，我說他這是在說虛妄語。過了那一夜之後他還不與而使用床椅飲食等物品，我說他這是在不與取。維薩卡，這是尼幹陀齋戒。維薩卡，近住這種尼幹陀齋戒無大果報、無大功德，無大光明，無大邊滿。



維薩卡，什麼是聖齋戒呢？維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念如來：‘那位跋葛瓦也即是阿拉漢，正自覺者，明行具足，善至，世間解，無上者，調禦丈夫，天人導師，佛陀，跋葛瓦。’隨念如來者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，就像對被弄臟的頭可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被弄臟的頭用辦法淨化呢？用餘甘子糊，用泥土，用水，還有用人的適當努力，維薩卡，這樣對被弄臟的頭用辦法淨化。同樣地，維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念如來：‘那位跋葛瓦也即是阿拉漢，正自覺者，明行具足，善至，世間解，無上者，調禦丈夫，天人導師，佛陀，跋葛瓦。’隨念如來者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，這稱為聖弟子近住梵齋戒，與梵共住，緣取梵其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，對被汙染的心乃如此用辦法淨化。

維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？

在此，維薩卡，聖弟子隨念法：‘法乃跋葛瓦所善說，是自見的，無時的，來見的，導嚮涅槃的，智者們可各自證知的。’隨念法者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，就像對被弄臟的身體可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被弄臟的身體用辦法淨化呢？用背擦，用浴粉，用水，還有用人的適當努力，維薩卡，這樣對被弄臟的身體用辦法淨化。同樣地，維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。



維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念法：‘法乃跋葛瓦所善說，是自見的，無時的，來見的，導嚮涅槃的，智者們可各自證知的。’

隨念法者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，這稱為聖弟子近住法齋戒，與法一起近住，緣取法其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，對被汙染的心乃如此用辦法淨化。

維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念僧：‘跋葛瓦的弟子僧團是善行道者，跋葛瓦的弟子僧團是正直行道者，跋葛瓦的弟子僧團是如理行道者，跋葛瓦的弟子僧團是正當行道者。也即是四雙八士，此乃跋葛瓦的弟子僧團，應受供奉，應受招待，應受供養，應受合掌，是世間無上的福田。’隨念僧者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，就像對被弄臟的衣服可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被弄臟的衣服用辦法淨化呢？用熱氣，用肥皂，用牛糞，用水，還有用人的適當努力，維薩卡，這樣對被弄臟的衣服用辦法淨化。同樣地，維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念僧：‘跋葛瓦的弟子僧團是善行道者，跋葛瓦的弟子僧團是正直行道者，跋葛瓦的弟子僧團是如理行道者，跋葛瓦的弟子僧團是正當行道者。也即是四雙八士，此乃跋葛瓦的弟子僧團，應受供奉，應受招待，應受供養，應受合掌，是世間無上的福田。’隨念僧者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。

維薩卡，這稱為聖弟子近住僧齋戒，與僧一起共住，緣取僧其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，對被汙染的心乃如此用辦法淨化。



維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念自己的戒無毀損、無缺陷、無斑點、無雜亂、自由、為智者贊嘆、無執取、導嚮於定。隨念戒者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，就像對被弄臟的鏡子可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被弄臟的鏡子用辦法淨化呢？用油，用灰，用馬尾圈，還有用人的適當努力，維薩卡，這樣對被弄臟的鏡子用辦法淨化。同樣地，維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念自己的戒無毀損、無缺陷、無斑點、無雜亂、自由、為智者贊嘆、無執取、導嚮於定之戒。隨念戒者其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，這稱為聖弟子近住戒齋戒，與戒一起共住，緣取戒其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，對被汙染的心乃如此用辦法淨化。

維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念天。有四大王天，有三十三天、有亞馬天、有喜足天、有化樂天、有他化自在天，有梵身天，有更上的諸天。具足如此般之信的那些天人，從此人世死後往生那裏，我也擁有像那樣之信。具足如此般之戒的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之戒。

具足如此般之聞的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之聞。具足如此般之捨的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之捨。具足如此般之慧的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之慧。’隨念自己的和諸天的信、戒、聞、捨與慧者，其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，就像對被弄臟的黃金可用辦法淨化。



維薩卡，如何對被弄臟的黃金用辦法淨化呢？

用熔爐，用鹽土，用紅土粉，用吹火筒和鉗，還有用人的適當努力，維薩卡，這樣對被弄臟的黃金用辦法淨化。同樣地，維薩卡，對被汙染的心可用辦法淨化。

維薩卡，如何對被汙染的心用辦法淨化呢？在此，維薩卡，聖弟子隨念天：‘有四大王天，有三十三天、有亞馬天、有喜足天、有化樂天、有他化自在天，有梵身天，有更上的諸天。具足如此般之信的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之信。具足如此般之戒的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之戒。具足如此般之聞的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之聞。具足如此般之捨的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之捨。具足如此般之慧的那些天人，從此世死後往生那裏，我也擁有像那樣之慧。’隨念自己的和諸天的信、戒、聞、捨與慧者，其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，這稱為聖弟子近住天齋戒，與諸天一起共住，緣取諸天其心明淨而生愉悅，心的汙垢即被捨斷。維薩卡，對被汙染的心乃如此用辦法淨化。

維薩卡，該聖弟子如是思考：‘阿拉漢們終生捨殺生，離殺生，棄棍棒，卸刀槍，有慚恥，富同情，用利益悲憫一切眾生類而住。我今天也於此日此夜捨殺生，離殺生，棄棍棒，卸刀槍，有慚恥，富同情，用利益悲憫一切眾生類而住。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。

阿拉漢們終生捨不與取，離不與取，給與才取，唯望所施，以不偷盜清淨自己而住。我今天也於此日此夜捨不與取，離不與取，給與才取，唯望所施，以不偷盜清淨自己而住。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。

阿拉漢們終生捨非梵行，是梵行者、遠離非梵行者，離淫欲粗俗之法。我今天也於此日此夜捨非梵行，是梵行者、遠離者，離淫欲粗俗之法。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。



阿拉漢們終生捨虛妄語，離虛妄語，所說真實，實話相連，誠實可信，不欺世間。我今天也於此日此夜捨虛妄語，離虛妄語，所說真實，實話連連，誠實可信，不欺世間。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。

阿拉漢們終生捨放逸之因的諸酒類，離放逸之因的諸酒類。我今天也於此日此夜捨放逸之因的諸酒類，離放逸之因的諸酒類。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。

阿拉漢們終生為一餐者，停止晚餐，離非時食。我今天也於此日此夜為一餐者，停止晚餐，離非時食。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。

阿拉漢們終生遠離觀聽跳舞、唱歌、音樂、表演，妝飾、裝扮之因的穿戴花鬘、芳香、塗香。我今天也於此日此夜離觀聽跳舞、唱歌、音樂、表演，妝飾、裝扮之因的穿戴花鬘、芳香、塗香。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。

阿拉漢們終生捨高大床座，離高大床座，使用矮床、小榻或草蓆。我今天也於此日此夜捨高大床座，離高大床座，使用矮床、小榻或草蓆。以此功德分效法阿拉漢們，我將近住齋戒。'

維薩卡，這是聖齋戒。維薩卡，近住這種聖齋戒有大果報、大利益，有大光明，大遍滿。"

"有多大果報、多大利益、多大光明、多大遍滿呢？""維薩卡，即使做了能自由支配諸如：盎葛、馬葛特、咖西、高思叻、瓦基、馬叻、潔地、旺葛、古盧、般咤叻、馬差、蘇勒謝那、阿思咖、阿槃提、鍵陀羅、甘波哲這十六大國富饒七寶的國王，這也不值具足八支的齋戒的十六分之一。為什麼呢？維薩卡，比起天界之樂，人間王位微不足道。

維薩卡，人間五十年為四大王諸天的一晝夜，以其夜的三十夜為一個月，以其月的十二個月為一年，以其年的五百天年為四大王諸天的壽量。維薩卡，在此若有些女人或男人近住具足八支的齋戒，身亡死後往生為四大王諸天的同類，乃有此事。維薩卡，



針對此才這樣說：‘比起天界之樂，人間王位微不足道。’

維薩卡，人間一百年為三十三諸天的一晝夜，以其夜的三十夜為一個月，以其月的十二個月為一年，以其年的一仟天年為三十三諸天的壽量。維薩卡，在此若有些女人或男人近住具足八支的齋戒，身亡死後往生為三十三諸天的同類，乃有此事。維薩卡，針對此才這樣說：‘比起天界之樂，人間王位微不足道。’

維薩卡，人間兩百年為亞馬諸天的一晝夜，以其夜的三十夜為一個月，以其月的十二個月為一年，以其年的兩仟天年為亞馬者天的壽量。維薩卡，在此若有些女人或男人近住具足八支的齋戒，身亡死後往生為亞馬者天的同類，乃有此事。維薩卡，針對此才這樣說：‘比起天界之樂，人間王位微不足道。’

維薩卡，人間四百年為喜足諸天的一晝夜，以其夜的三十夜為一個月，以其月的十二個月為一年，以其年的四仟天年為喜足者天的壽量。維薩卡，在此若有些女人或男人近住具足八支的齋戒，身亡死後往生為喜足者天的同類，乃有此事。維薩卡，針對此才這樣說：‘比起天界之樂，人間王位微不足道。’

維薩卡，人間八百年為化樂諸天的一晝夜，以其夜的三十夜為一個月，以其月的十二個月為一年，以其年的八仟天年為化樂諸天的壽量。維薩卡，在此若有些女人或男人近住具足八支的齋戒，身亡死後往生為化樂諸天的同類，乃有此事。維薩卡，針對此才這樣說：‘比起天界之樂，人間王位微不足道。’

維薩卡，人間一仟六百年為他化自在諸天的一晝夜，以其夜的三十夜為一個月，以其月的十二個月為一年，以其年的一萬六仟天年為他化自在諸天的壽量。維薩卡，在此若有些女人或男人近住具足八支的齋戒，身亡死後往生為他化自在諸天的同類，乃有此事。維薩卡，針對此才這樣說：‘比起天界之樂，人間王位微不足道。’



這是跋葛瓦所說。善至導師說此話後，接著又這樣說：
不殺生．非與不取，不說妄語．不飲酒，
遠離淫欲非梵行，晚餐．非時皆不食。
不戴花鬘．不塗香，臥在榻．蓆地上，
至苦盡之佛闡明，說此八支為齋戒。
日月兩者皆悅目，照耀著所環繞處，
行於空中驅黑暗，遍照諸方耀天空。
於此中間有財寶，珍珠．寶石．青金石，
牛角金還有山金，生金和稱為砂金;
相比具八支齋戒，不及十六分之一，
如諸群星比月光，不及十六分之一 。
所以持戒之男女，近住具八支齋戒，
做了生樂諸功德，無可指責到天界。”

這是跋葛瓦所說，那些比庫滿意與歡喜跋葛瓦之所說。

《佛經集要》
瑪欣德尊者 中譯

佈薩與說戒 Saṅgha Pāṭimokkha & Uposatha Day

一、佈薩之意義与功能
The Meaning & Function of Uposatha



清淨
Purity



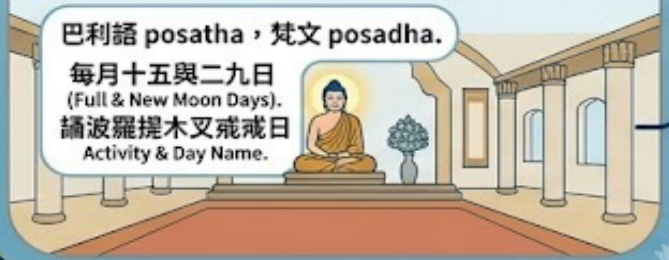
和合
Harmony



個人反思
Individual Reflection



強化僧團
Strengthen Sangha



二、說戒之發展階段
Development Stages of Precept Chanting

1 初期說偈頌





前十二年，大仙人道

2 制戒學處
Established Training Precepts





因犯而不淨行，廣分別說
Rules made for offences, explained in detail

半月誦經
Fortnightly Chanting



每半月
十四或十五日

三、佈薩的精神與警覺
Uposatha Spirit & Vigilance

真正的精神



個人身心淨化
Inner Purification



僧團清淨和合
Sangha Purity & Harmony

當今僧眾應警覺
Sangha's Vigilance Today

警覺形式化
Beware Formalism



警覺失去了佈薩的意義
Beware losing the Uposatha meaning



具足戒與具足巴帝摩卡而住
a monk protective of precepts

即使有生命之因也不違越
No se wonk or not to pass it



誹謗學處者
sxossed on rule



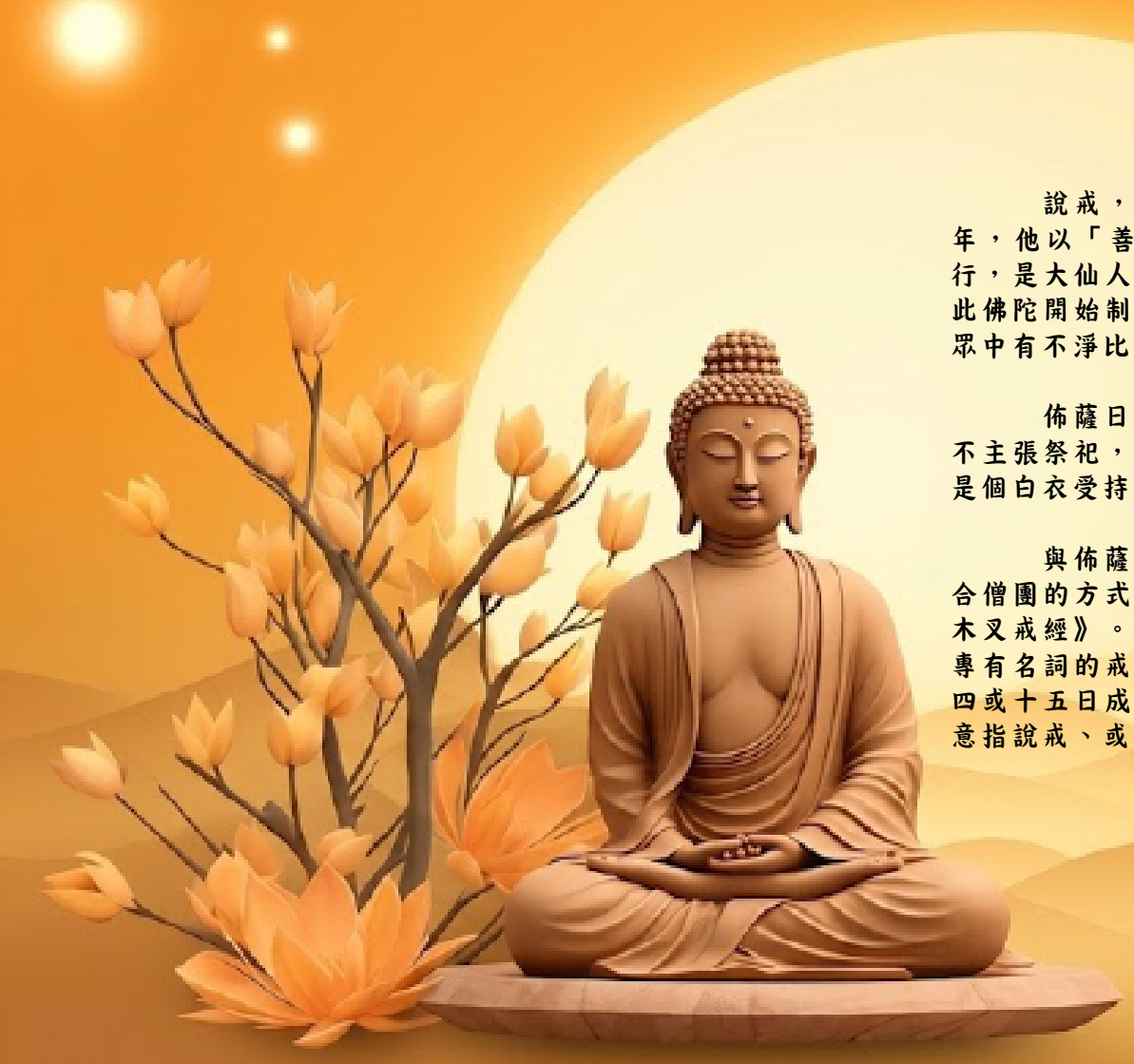
布薩說戒

【佈薩與說戒】

Saṅgha Pāṭimokkha & Uposatha Day

巴利語posatha〈uposatha〉，梵文posadha，藏文gso-sbyong-ba，中譯「佈薩」。Posatha〈佈薩〉是今日佛教僧俗於農曆每月十五與二九〈三十〉誦波羅提木叉戒（護解脫戒 Pāṭimokkha）與八支戒日（漢傳稱八關齋戒日），它既是指活動本身，也是活動日子的名稱。佛教的佈薩雖原是承襲古印度傳統的一個習俗，但至今佈薩的舉行仍可發揮僧團和合與清淨的功能。

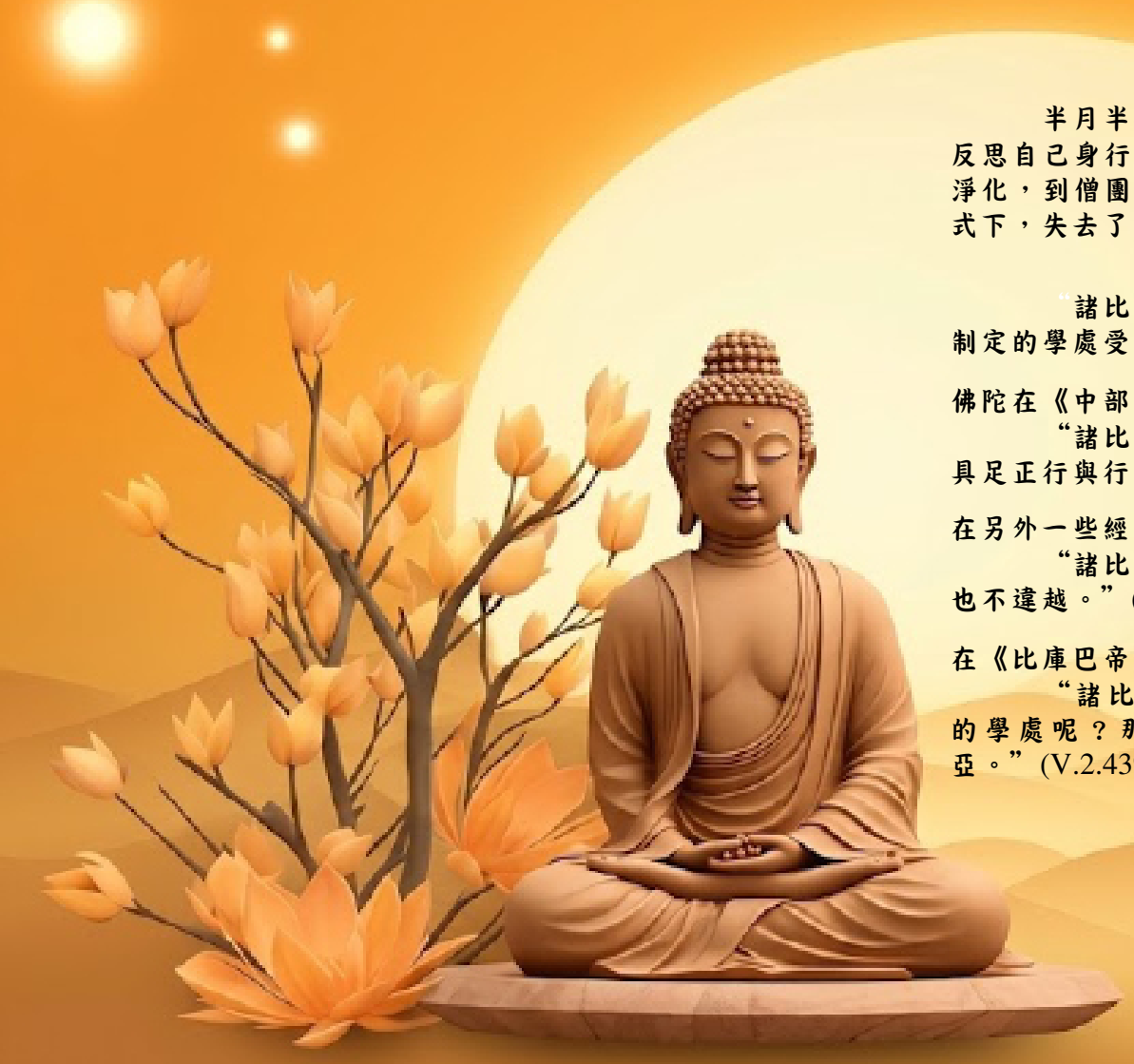
依據《法藏》，佛陀考慮有些比丘沒有聽聞戒法，不能誦學、不能憶持，因而制定佈薩的內容為說戒，而後因弟子日日說戒過於疲纍，才制定於佈薩日說戒。因此，佈薩日說波羅提木叉戒，或佈薩即是說戒之意，可以推測皆是後來的解釋。英國語源學家羅門〈Norman〉認為uposatha是佛陀引用自婆羅門，而轉化其意義的用語之一。佈薩原是吠陀為了準備祭祀的齋戒行為，但在佛教，它轉化成僧尼說戒與信眾聽法、受八戒的日子。它不再只是屬於為了舉行祭祀的清淨儀式，而是依據佈薩的清淨意，演變成僧眾違犯戒律的發露與懺悔的機會。



說戒，依波羅提木叉的意思有不同的發展階段。佛陀成道後的前十二年，他以「善護其口言，自淨其誌意，身莫作諸惡，此三業道淨，能得如是行，是大仙人道。」偈頌為比丘說波羅提木叉。而後，因有比丘犯不淨行，從此佛陀開始制定學處，不再說戒偈，而廣分別說。後來，佛陀於佈薩時，發現眾中有不淨比丘，決定不再為弟子們說戒，此後由比丘們自行說戒。

佈薩日是古印度的一個習俗，在吠陀時代，它與祭祀有關，其他外道雖不主張祭祀，他們也以為信眾說法為佈薩日。佛陀雖後來也接納此習俗，但它是個白衣受持八關齋戒與比丘們聚會，並嚮信眾說法的日子。

與佈薩有關的是說戒。說戒本身有其不同的發展階段，從說偈頌作為結合僧團的方式，到學處開始建立後的廣說分別學處，到最後的半月誦《波羅提木叉戒經》。經過此發展，波羅提木叉的意義也從一切善法的依止處，到變成專有名詞的戒經〈各別戒法可趨嚮解脫〉。在佛陀制定說戒後，每半月的第十四或十五日成為說戒的日子。而此時用在佛教的「佈薩」一詞，從其內容而言意指說戒、或包含各種羯磨的舉行，從其意義而言乃指清淨與和合。



半月半月佈薩的意義，一方面可強化僧團的和合，另一方面更提供個人反思自己身行是否與教法一致的機會。佛陀制定佈薩的意義是從僧眾個人身心淨化，到僧團清淨和合的維繫，當今僧眾雖有佈薩的舉行，更應警覺避免在形式下，失去了佈薩的真正精神與意義。

諸比庫，只要比庫未制定者將不再制定，已制定者將不廢除，只按已制定的學處受持遵行，諸比庫，比庫們有希望只增長而不衰退。”(D.2.136)

佛陀在《中部·若希望經》(Asaṅkheyya Sutta M.1.64,69) 中說：

“諸比庫，要具足戒與具足巴帝摩卡而住，已防護巴帝摩卡防護[戒]、具足正行與行處而住，見到微細罪過的危險，受持諸學處而住。”

在另外一些經文中，佛陀說：

“諸比庫，凡由我為諸弟子所制定的學處，我的弟子們即使有生命之因也不違越。”(V.4.385; A.8.19; A.8.20)

在《比庫巴帝摩卡》中：

“諸比庫在誦巴帝摩卡時如此說：‘為什麼要誦這些微細戒又微細的學處呢？那只會導致疑悔、惱害、混亂而已。’誹謗學處者。巴吉帝亞。”(V.2.439)

Buddha Sāsanaṃ Ciraṃ Tiṭṭhatu.

願佛陀教法久住世間！

May the Buddha's Dispensation be Prolonged.

“Sabbe Sattā Bhavantu Sukhitattā.”

願一切有情眾生幸福。

May all beings be Well & Happy.

“乞求三歸依伍波薩他八支戒”

Tisaraṇena Aṭṭhaṅga Uposatha Sīla Ārādhanā

(Asking for the Three Refuges & Uposatha Eight Precepts)

INTRODUCTION & DEFINITION



TISARAṆENA (三歸依):
Refuge in Buddha, Dhamma, Sangha

AṬṬHAṄGA SAMANNĀGATAM (伍波薩他八支戒):



Precepts with
8 constituent parts

THE ARĀDHANĀ (乞求) REQUEST PROCESS

Step 1: THE FIRST REQUEST

aham bhante,
tisaraṇena saddhiṁ...

尊者，我乞求三歸依和伍波薩他八支戒法。尊者，在攝受後請把戒授给我！

Step 2: THE SECOND REQUEST

Dutiyam'pi,
aham bhante, ...

尊者，第二次乞求...

Step 3: THE THIRD REQUEST

Tatiyam'pi,
aham bhante, ...

尊者，第三次乞求...

LAITY & MONK RESPONSE

MONK LEADS (尊者引導)

Bhante says:
Yamahaṁ vadāmi,
taṁ vadetha.

我念什麼你也跟著念。

Repeat after me.

LAITY RESPONDS (居士回答)

Laity respond:
Āma Bhante.

是的，尊者。
Yes, Venerable Sir.



Tisaraṇena Aṭṭhaṅga Uposatha Sīla Ārādhanā

乞求三歸依伍波薩他八支戒

Asking for the Three Refuges & Uposatha Eight Precepts

Ahaṁ bhante, tisaraṇena saddhiṁ, aṭṭhaṅga samannāgataṁ uposatha sīlaṁ, dhammaṁ yācāmi, anuggahaṁ katvā sīlaṁ detha, me bhante.
尊者，我乞求三歸依和伍波薩他八支戒法。尊者，在攝受後請把戒授給我！
Venerable Sir, I would like to request the Uposatha eight precepts with refuge in the Triple Gem. Please kindly grant me the request.

Dutiyam'pi, ahaṁ bhante, tisaraṇena saddhiṁ, aṭṭhaṅga samannāgataṁ uposatha sīlaṁ, dhammaṁ yācāmi, anuggahaṁ katvā sīlaṁ detha, me bhante.
尊者，我第二次乞求三歸依和伍波薩他八支戒法。尊者，在攝受後請把戒授給我！
For the second time, Venerable Sir, I would like to request the Uposatha eight precepts with refuge in the Triple Gem. Please kindly grant me the request.

Tatiyam'pi, ahaṁ bhante, tisaraṇena saddhiṁ, aṭṭhaṅga samannāgataṁ uposatha sīlaṁ, dhammaṁ yācāmi, anuggahaṁ katvā sīlaṁ detha, me bhante.
尊者，我第三次乞求三歸依和伍波薩他八支戒法。尊者，在攝受後請把戒授給我！
For the third time, Venerable Sir, I would like to request the Uposatha eight precepts with refuge in the Triple Gem. Please kindly grant me the request.

Bhante says: Yamahaṁ vadāmi, taṁ vadetha.
尊者說：我念什麼你（們）也跟著念。
Venerable says: Repeat after me.

Laity respond: Āma Bhante.
居士答：是的，尊者。
Laity respond: Yes, Venerable Sir.

TISARAṆA 三歸依 THREE REFUGES

SECTION 1: 礼敬與啟請 HOMAGE & INVOCATION (3 TIMES)



NAMO TASSA
BHAGAVATO ARAHATO
SAMMĀ-SAMBUDDHASA.
(3 TIMES)

3

禮敬那位世尊·阿羅漢·圓滿自覺者。(三遍)

Homage to him, the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self Enlightened One. (3 times)

SECTION 2: 第一遍 PRIMARY REFUGE GOING



BUDDHAṂ SARAṆAṂ GACCHĀMI.
我歸依佛。
I go to the Buddha as my refuge.
(直譯為"我走向佛為庇護所"。)



DHAMMAṂ SARAṆAṂ GACCHĀMI.
我歸依法。
I go to the Dhamma as my refuge.
(直譯為"我走向法為庇護所"。)



SAṄGHAṂ SARAṆAṂ GACCHĀMI.
我歸依僧。
I go to the Sangha as my refuge.
(直譯為"我走向僧為庇護所"。)

1

SECTION 3. 第二與第三遍 SECOND & THIRD REFUGE GOING

2 DUTIYAM'PI...

3 TATIYAM'PI...

SECTION 4. 圓滿與回應 COMPLETE & RESPONSE



尊者：歸依已經圓滿。
Venerable says:
The Three Refuges is complete.

居士答：是的，尊者。
Laity respond:
Yes, Venerable Sir.



Tisaraṇa
三歸依
Three Refuges

Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhasa. (*3 times*)
禮敬那位世尊·阿羅漢·圓滿自覺者。（三遍）
Homage to him, the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self Enlightened One. (*3 times*)

Buddhaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 我歸依佛。（直譯為“我走向佛為庇護所”。）*I go to the Buddha as my refuge.*
Dhammaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 我歸依法。（直譯為“我走向法為庇護所”。）*I go to the Dhamma as my refuge.*
Saṅghaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 我歸依僧。（直譯為“我走向僧為庇護所”。）*I go to the Saṅgha as my refuge.*
Dutiyam'pi Buddhaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 第二次，我歸依佛。 *For the second time, I go to the Buddha as my refuge.*
Dutiyam'pi Dhammaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 第二次，我歸依法。 *For the second time, I go to the Dhamma as my refuge.*
Dutiyam'pi Saṅghaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 第二次，我歸依僧。 *For the second time, I go to the Saṅgha as my refuge.*
Tatiyam'pi Buddhaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 第三次，我歸依佛。 *For the third time, I go to the Buddha as my refuge.*
Tatiyam'pi Dhammaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 第三次，我歸依法。 *For the third time, I go to the Dhamma as my refuge.*
Tatiyam'pi Saṅghaṁ saraṇaṁ gacchāmi. 第三次，我歸依僧。 *For the third time, I go to the Saṅgha as my refuge.*

Bhante says: Saraṇa-gamanaṁ sampuṇṇaṁ.
尊者：歸依已經圓滿。
Venerable says: The Three Refuges is complete.

Laity respond: Āma Bhante.
居士答：是的，尊者。
Laity respond: Yes, Venerable Sir.

Aṭṭhaṅga Uposatha Sīla
伍波薩他八支戒

Uposatha Eight Precepts

1. 離殺生
(Refrain from Killing)



Pali: Pāṇātipātā veramaṇī...

2. 離不與取
(Refrain from Stealing)



Pali: Adinnā-dānā veramaṇī...

3. 離非梵行
(Refrain from Sexual Misconduct)



Pali: Abrahma-cariyā veramaṇī...

4. 離妄語
(Refrain from Lying)



Pali: Musāvādā veramaṇī...

5. 離諸酒類
(Refrain from Intoxicants)



Pali: Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā...

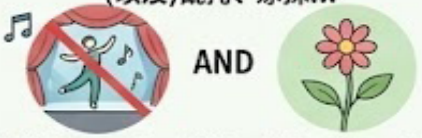
6. 離非時食
(Refrain from Eating at Improper Times)



Pali: Vikāla-bhojanā veramaṇī...

7. 離观听娱乐 & 涂抹香花
(Refrain from Entertainment & Cosmetics)

观(听)跳舞、唱歌、音乐、表演，
(以及)戴持、涂抹...



Pali: Nacca-gīta-vādita-visūka-dassanā, mālā-gandha-vilepana...

8. 離高、大坐臥具
(Refrain from High & Luxurious Seats)



Pali: Uccā-sayana mahā-sayanā...



尊者：你(們)應當好好地守護三歸依和伍波薩他八戒法，並且應當不放逸地努力(成就)。

Venerable says: Accomplish well the Uposatha eight precepts together with the three Refuges, strive on with diligence.

居士答：是的，尊者。 Laity respond: Yes, Venerable Sir.



Aṭṭhaṅga Uposatha Sīla
伍波薩他八支戒
Uposatha Eight Precepts

Pāṇātipātā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離殺生學處。
I undertake the precept of training to refrain from killing any beings.

Adinnā-dānā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離不與取學處。
I undertake the precept of training to refrain from taking what is not given.

Abrahma-cariyā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離非梵行（淫欲）學處。
I undertake the precept of training to refrain from sexual conducts.

Musāvādā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離妄語學處。
I undertake the precept of training to refrain from false speech.

Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離導致放逸原因的諸酒類學處。
I undertake the precept of training to refrain from drinks and drugs that causes fuddle the mind or heedlessness.

Vikāla-bhojanā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離非時食（過午不食）學處。（在日正中時之後至第二天明相出現之間的時段）
I undertake the precept of training to refrain from taking food at improper time (after midday).

Nacca-gīta-vādita-visūka-dassanā, mālā-gandha-vilepana-dhāraṇa-maṇḍana vibhūsanaṭṭhānā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離觀（聽）跳舞、唱歌、音樂、表演，（以及）戴持、塗抹、莊嚴原因的花鬘、香、塗香學處。
I undertake the precept of training to refrain from dancing, singing, listening music, seeing show, wearing garlands, using perfumes and beautifying the body with cosmetics, adornments and ornaments.

Uccā-sayana mahā-sayanā veramaṇī-sikkhā-padaṁ samādiyāmi.
我受持離（坐臥）高、大坐臥具學處。（高床：超過規定的尺寸；大床：不允許的毯子）
I undertake the precept of training to refrain from using high and luxurious seats or beds.

Bhante says: Tisaraṇena saddhiṁ, aṭṭhaṅga samannāgataṁ uposatha sīlaṁ,
dhammaṁ sādhukam surakkhitaṁ katvā, appamādena sampādetabbaṁ.
尊者：你（們）應當好好地守護三歸依和伍波薩他八戒法，並且應當不放逸地努力（成就）。
Venerable says: Accomplish well the Uposatha eight precepts together with the three Refuges, strive on with diligence.

Laity respond: Āma Bhante.
居士答：是的，尊者。
Laity respond: Yes, Venerable Sir.

“祝福” Anumodanā Vidhī

Blessing

1 Sīlena sugatim yanti

因持戒獲得財富。

Through virtue they go to a good destination.





Through virtue they go to a good destination.

2 Sīlena bhogasampadā

因持戒投生善道。

Through virtue there's consummation of wealth.



因持戒投生善道。

Through virtue there's consummation of wealth.



3 Sīlena nibbutim yanti

因持戒解脱煩惱。

Through virtue they go to Nibbana.



3 Sīlena nibbutiṁ yanti

因持戒解脱煩惱。

(storm clouds vall)

All internal chains (unconditioned state, are dissolved.



4 Tasmā sīlaṃ visodhaye

因此，（你）應當持戒清淨。



因此，（你）應當持戒清淨。

So virtue should be purified.





尊者： [Above four panels summarized as core message]

居士答：善哉，尊者。

Excellent, Venerable Sir.



核心思想的经藏出处

(Scriptural Origin of Core Teachings):

《长部·自欢喜经》（DN 28）|

《大般涅槃经》（DN 16）|

《增支部·五集·品行不具足经》（AN 5.213）



Anumodanā Vidhī

祝福

Blessing

Sīlena sugatiṁ yanti. Sīlena bhogasampadā.

因持戒投生善道。因持戒獲得財富。

Through virtue they go to a good destination. Through virtue there's consummation of wealth.

Sīlena nibbutiṁ yanti. Tasmā sīlaṁ visodhaye.

因持戒解脫煩惱。因此，（你）應當持戒清淨。

Through virtue they go to Nibbāna. So virtue should be purified.

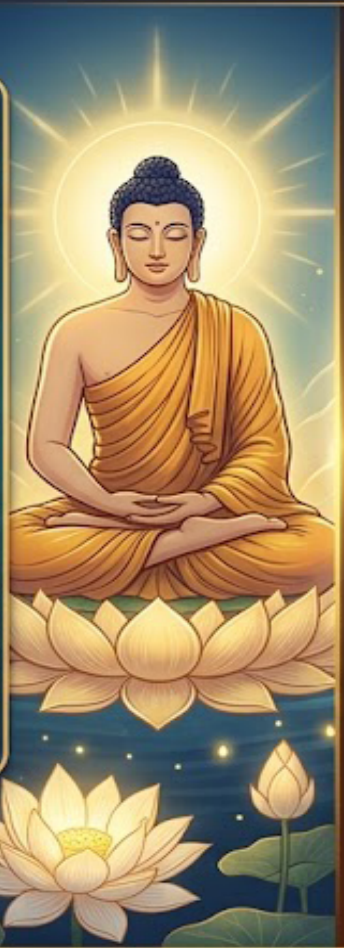
Laity respond: Sādhu! Bhante.

居士答：善哉，尊者。

Laity respond: Excellent, Venerable Sir.

祝福 Anumodanā Vidhī - 核心思想的经藏出处

核心思想契合佛陀开示



① 持戒功德





得善趣
(sugati)



得财富
(bhogasampadā)

虽然偈颂是后世编排，核心教义完全契合经藏与律藏。
Although the verse is later, core teachings fully align with Sutta and Vinaya.

② 权威经文出处

《长部·自欢喜经》
DN 28



《大般涅槃经》
DN 16



《增支部·五集·品行不具足经》
AN 5.213



Patthanā
佛教宏願之路

涅槃

培育正願



Saddhā-Chanda
(信志愿)
立志宏揚智慧與慈悲



Viriya
(精進)
宏願之路勤修不怠



Viriya
(精進)
修行之路勇猛精進



Sati
(正念)
覺知當下，心無雜念



Samādhi
(定)
專注定靜，澄澈無波



Paññā
(智慧)
洞察無常、苦、無我

佛教发愿文

增上智慧與解脱之道



发愿深智

(慧 PAÑÑĀ)

阿毘達磨與佛法



发愿正念

與慈悲

布施與禪修



发愿精進

(精進 VIRIYA)

比丘安住禪修



发愿定力

(三摩地 SAMĀDHI)

专注与寂靜能量



发愿法音廣布

弘法利生



发愿解脱

(涅槃 NIBBĀNA)

寂靜與永離苦厄



Patthanā
發願
The Aspirations

Idaṁ me sīlaṁ magga-phala-ñāṇassa paccayo hotu.
以持戒功德願我導向體證道果智的助緣。
May this merits of observing precepts be a supportive condition for my attaining path and fruitions.

Idaṁ me puññaṁ āsavakkhayāvahaṁ hotu. Sabbā dukkha pamuccatu.
願我此功德導致滅盡諸漏。（願我）脫離一切苦。
May this merits [accrued] be conducive for the elimination of the [mental] effluents. [May] I free from all sufferings.

Iminā puññā kammena — mā me bāla samāgamo, sataṁ samāgamo hotu — yāva nibbāna-pattiyā.
以這些功德行〔的威力〕，願我直至證悟涅槃皆不遇愚人，只親近智者。
By [the power of] this meritorious action may not meet [with] the foolish, may there [only] be the meeting [with] the wise until [I] attain Nibbāna.

Patthanā
發願
The Aspirations



Idaṃ me sīlaṃ magga-phala-ñāṇassa paccayo hotu.

以持戒功德願我導向體證道果智的助緣。

May this merits of observing precepts be a supportive condition for my attaining path and fruitions.

Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu. Sabbā dukkha pamuccatu.

願我此功德導致滅盡諸漏。(願我) 脫離一切苦。

May this merits [accrued] be conducive for the elimination of the [mental] effluents. [May] I free from all sufferings.

Iminā puññā kammena — mā me bāla samāgamo, sataṃ samāgamo hotu — yāva nibbāna-pattiyā.

以這些功德行 (的威力)，願我直至證悟涅槃皆不遇愚人，只親近智者。

By [the power of] this meritorious action may not meet [with] the foolish, may there [only] be the meeting [with] the wise until [I] attain Nibbāna.

INTRODUCING

PATTIDĀNA

(Dedication of Merits / 分享功德)



WHAT IS PATTIDĀNA? (什么是分享功德?)

- The act of sharing accumulated merits with all sentient beings. 将累积的功德分享给所有众生。
- Expressing generosity of spirit. 表达精神上的慷慨。
- Based on the belief that merit can be transferred. 基于功德可以转移的信念。

- To cultivate compassion (Karuna). 培养慈悲心。
- To reduce selfishness. 减少自私。
- To benefit others, including departed relatives and spirits. 利益他人，包括已亡故亲属和众生。
- To increase collective positive energy. 增加集体的正能量。

BENEFITS FOR THE GIVER

- Deepens understanding of interdependence. 加深对相互依存的理解。
- Enhances one's own spiritual progress. 增强自身的修行。
- Experiences joy and contentment. 体验喜悦和满足。
- Strengthens connections with others. 加强与他人的联系。

BENEFITS FOR THE RECEIVER

- Receives positive energy and support. 获得正能量和支持。
- Gains comfort and peace. 获得安慰和平安。
- Helps alleviate suffering. 有助于减轻痛苦。
- Encourages their own good deeds. 鼓励他们行善。



WHY DEDICATE MERITS? 为什么分享功德?

- To cultivate compassion (Karuna). 培养慈悲心。
- To reduce selfishness. 减少自私。
- To benefit others, including departed relatives and spirits.
- To increase collective positive energy. 增加集体的正能量。

对接受者的益处

- Receives positive energy and support. 获得正能量和支持。
- Gains comfort and peace. 获得安慰和平安。
- Helps alleviate suffering. 有助于减轻痛苦。
- Encourages their own good deeds. 鼓励他们行善。

HOW TO PRACTICE PATTIDĀNA (如何修持分享功德)

- After performing a virtuous deed (e.g., giving, meditation). 在完成善行后 (如布施、禅修)。
- Generate sincere, pure intention. 产生真诚、纯净的意图。
- Recite sharing of merit verses (e.g., "Idam me ñātinam hotu..."). 诵读分享功德的偈颂。
- Mentally direct merits to specific or all beings. 在心中将功德导向特定或所有众生。

A SIMPLE DEDICATION PRAYER (简易分享祷文)

"May the merits generated by this good deed be shared with my parents, teachers, relatives, friends, and all sentient beings. May they be happy, free from suffering, and attain peace."

愿此善行所生的功德，分享给我的父母、师长、亲友，以及所有众生。
愿他们快乐，免除痛苦，得到平安。

Pattidanā | 分享功德 | Dedication of Merits

Mama puñña-bhāgaṁ sabba sattānaṁ bhājemi;
Te sabbe me samaṁ puñña-bhāgaṁ labhantu.

我此功德分，回向諸有情，願彼等一切，同得功德分！

I share my merits done today with all beings.
May all those beings get an equal share of the merits shared by me.





Idaṁ me ñātīnaṁ hotu —— sukhita hontu ñātayo. (3 times)

願以此（功德）與我〔已去世〕的親戚們（分享），
願親戚們快樂。（三遍）

May this [merit be rejoiced in by] my relations
[who have passed away]. May they be happy. (3 times)





Pattidanā
分享功德
Dedication of Merits

Mama puñña-bhāgaṁ sabba sattānaṁ bhājemi;
Te sabbe me samaṁ puñña-bhāgaṁ labhantu.
我此功德分，回向諸有情，願彼等一切，同得功德分！
I share my merits done today with all beings. May all those beings get an equal share of the merits shared by me.

Idaṁ me ñātīnaṁ hotu — sukhita hontu ñātayo. **(3 times)**
願以此（功德）與我〔已去世〕的親戚們（分享），願親戚們快樂。（三遍）
May this [merit be rejoiced in by] my relations [who have passed away]. May they be happy. *(3 times)*

Pattidana - Dedication of Merits

Sharing Merits with All Beings

Imāya dhammānudhamma-paṭipattiyā buddhaṃ pūjemi,
imāya dhammānudhamma-paṭipattiyā dhammaṃ pūjemi,
imāya dhammānudhamma-paṭipattiyā saṅgham pūjemi.
Addhā imāya paṭipattiyā jāti-jarā-maraṇamhā parimuccissāmi.

以此法随法行，供养佛。
以此法随法行，供养法。
以此法随法行，供养僧。
实以此行，愿我脱离生老病死。

By practicing according to the Dhamma, I honor the Buddha.
By practicing according to the Dhamma, I honor the Dhamma.
By practicing according to the Dhamma, I honor the Sangha.
Truly by this practice, may I be released from birth, aging,
and death.

Dedication to Devas and All Beings

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā devā nāgā mahiddhikā,
puññaṃ taṃ anumoditvā, ciram rakkhandu sāsanaṃ.
Puññam tam anumoditvā, ciram rakkhandu desanam.
Puññaṃ tam anumoditvā, ciram rakkhandu maṃ paraṃ.
Etta-vatā ca amhehi sambhatam puñña-sampadaṃ,
sabbe devā anumodantu sabba-sampatti-siddhiyā,
Sabbe bhūtā anumodantu sabba-sampatti-siddhiyā.
Sabbe sattā anumodantu sabba-sampatti-siddhiyā.

虚空与地上，有大神通力的天神，龙众，在欢喜此功德后，
愿他们长久保护法，愿他们长久保护教说的传布。
在欢喜此功德后，愿他们长久保护我与其他众生。
如斯我等所积集，种种功德之圆满，[illegible]，为此一切之成就。
愿诸永生智欢喜，为此一切之成就。
愿诸有情智欢喜，为此一切之成就。

May celestial beings and deities of great power inhabiting the air and earth,
after sharing this merit, long protect the dispensation.
After sharing this merit, long protect the teaching.
After sharing this merit, long protect me and others.
As far as we have accumulated diverse meritorious attainments,
may all celestial beings rejoice therein, for the attainment of all success.
May all beings rejoice therein, for the attainment of all success.
May all creatures rejoice therein, for the attainment of all success.

自受布薩(近住)八戒法

自受戒的步驟



① 先禮敬佛像三次
Bow 3 times



② 巴利語念誦三歸依布薩八戒文
Recite Pāḷi snun & asonicitic otons

念誦三歸依
Recite Pāḷi



③ 念發願與回向文
Recite Aspiration & Dedication

三寶的定義

COLUMN 1
歸依佛



以解脫究竟智覺悟了一切應了知者。

COLUMN 2
歸依法



4 聖道　4 聖果　涅槃



律　經　論

佛所善說的教法：律、經、論三藏，四種聖道、四種聖果和涅槃。

COLUMN 3
歸依僧



由四位或四位以上的比丘或比丘尼所組成的僧團。



自受布薩（近住）八戒法

註：

自受布薩（近住）八戒法：若有條件受持布薩（近住）八戒的居士，應入於寺塔中，以敬信之心禮請一位戒行清淨的比丘求受三歸依和布薩八戒。若於無比丘處而欲受布薩八戒者，亦可於佛像前恭敬受得。自受三歸依和布薩八戒者，先禮敬佛像三次，然後用以上的巴利語念誦三歸依布薩八戒文（自受戒則不必念請求三歸依布薩八戒文），接著念發願與回向文。

三寶的定義：

歸依佛（以解脫究竟智覺悟了一切應了知者。）

歸依法（佛所善說的教法：律、經、論三藏，四種聖道、四種聖果和涅槃。）

歸依僧（由四位或四位以上的比丘或比丘尼所組成的僧團。）

Visakhā, is the Uposatha entered on and undertaken with its eight component practices, of great fruit, of great advantage, of great splendor, of great range.

(Aṅguttara Nikāya, Visakhuposatha Sutta)





2027 MYANMAR Uposatha Days 2027年緬甸受持布薩八戒曆法

Month 月份	Date & Day 日期与星期	H冬季	G熱季	V雨季	
JANUARY 1月	1 (Fri) ☽ H2	7 (Thu) ● H3	15 (Fri) ☾ H3	22 (Fri) ○ H4	30 (Sat) ☽ H4
FEBRUARY 2月	6 (Sat) ● H5	14 (Sun) ☾ H5	21 (Sun) ○ H6		
MARCH 3月	1 (Mon) ☽ H6	7 (Sun) ● H7	15 (Mon) ☾ H7	22 (Mon) ○ H8	30 (Tue) ☽ H8
APRIL 4月	6 (Tue) ● G1	14 (Wed) ☾ G1	21 (Wed) ○ G2	29 (Thu) ☽ G2	
MAY 5月	5 (Wed) ● G3	13 (Thu) ☾ G3	20 (Thu) ○ G4	28 (Fri) ☽ G4	
JUNE 6月	4 (Fri) ● G5	12 (Sat) ☾ G5	19 (Sat) ○ G6	27 (Sun) ☽ G6	
JULY 7月	3 (Sat) ● G7	11 (Sun) ☾ G7	18 (Sun) ○ G8	26 (Mon) ☽ G8	
AUGUST 8月	2 (Mon) ● V1	10 (Tue) ☾ V1	17 (Tue) ○ V2	25 (Wed) ☽ V2	31 (Tue) ● V3
SEPTEMBER 9月	8 (Wed) ☾ V3	15 (Wed) ○ V4	23 (Thu) ☽ V4	30 (Thu) ● V5	
OCTOBER 10月	8 (Fri) ☾ V5	15 (Fri) ○ V6	23 (Sat) ☽ V6	29 (Fri) ● V7	
NOVEMBER 11月	6 (Sat) ☾ V7	13 (Sat) ○ V8	21 (Sun) ☽ V8	28 (Sun) ● H1	
DECEMBER 12月	6 (Mon) ☾ H1	13 (Mon) ○ H2	21 (Tue) ☽ H2	27 (Mon) ● H3	

Pāṭimokkha days (letter in RED) ☾白月八日 ○月圓日 ☽黑月八日 ●月黑日

NEW MOON DAYS ● 月黑日	FULL MOON DAYS ○ 月圓日

敬僧日 **Māgha Pūjā** —— February 21st (Saturday), 2027

敬佛日 **Visākhā Pūjā** —— May 20th (Thursday), 2027

敬法日 **Āsāḷhā Pūjā** —— July 18th (Sunday) **雨安居 Vassūpanāyika** Jul 19 (Mon)

阿毗達摩日 **AbhiDhamma Day** —— October 15th (Friday), 2027

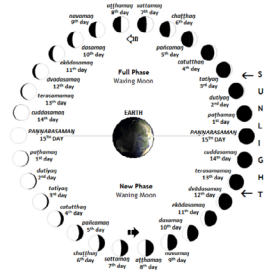


諸道中八聖道最勝；諸諦中四聖諦最勝；於諸法中離欲最勝；二足中具眼者最勝。

《法句 · 道品 · 第1偈》

Uposatha Observance Day

受布薩八戒日



2027 January 1st (Friday) Waning Day ☽

Cold Season 2nd Uposatha

Based on Myanmar Buddhist Calendar

丙午（馬）年　十一月廿四（星期五）

黑月八日》　冬季·第2布薩

依緬甸佛教層法







DhammaJāta Publication 法錦出版社



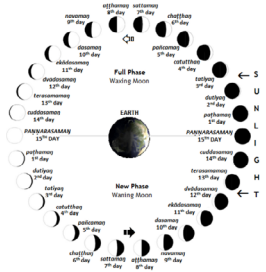


惡是由自己所造，自己在污染自己，不造惡也由自己，
是自己清淨自己。淨與不淨靠自己，無人能清淨他人。

《法句 · 自品 · 第9偈》

Uposatha Observance Day

受布薩八戒日



2027 February 21st (Sunday) Full Moon Day ○

Cold Season 6th Uposatha Māgha Pūjā Day

Based on Myanmar Buddhist Calendar

丁未（羊）年　正月十六（星期日）

月圓日○　冬季·第6布薩　敬僧日

依緬甸佛教曆法







DhammaJāta Publication 法錦出版社

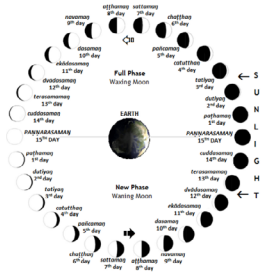






Uposatha Observance Day

受布薩八戒日



2027 May 20th (Thursday) Full Moon Day ○

Hot Season 4th Uposatha Visākhā Pūjā Day

Based on Myanmar Buddhist Calendar

丁未（羊）年　四月十五（星期四）

月圓日○　熱季 · 第4布薩　敬佛日

依緬甸佛教層法



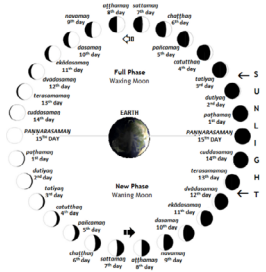




DhammaJāta Publication 法錦出版社



Uposatha Observance Day
受布薩八戒日



2027 July 18th (Sunday) Full Moon Day ○
Hot Season 8th Uposatha Āsāḷhā Pūjā Day
Based on Myanmar Buddhist Calendar
丁未（羊）年　六月十五（星期日）
月圓日○　熱季·第8布薩　敬法日
依緬甸佛教曆法







DhammaJāta Publication 法錦出版社



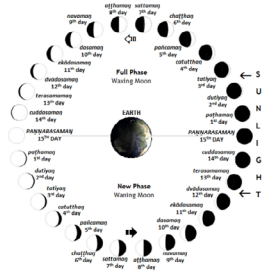


戰勝自己的確遠勝於戰勝他人。
對於調服自己及永遠自制過活的人，
神、乾達婆、魔王與梵天
都贏不回這樣的人的勝利。

《法句・千品・第5-6偈》

Uposatha Observance Day

受布薩八戒日



2027 December 27th (Monday) New Moon Day ●

Cold Season 3rd Uposatha

Based on Myanmar Buddhist Calendar

丁未（羊）年　十一月三十（星期一）

月黑日●　冬季・第3布薩

依緬甸佛教層法





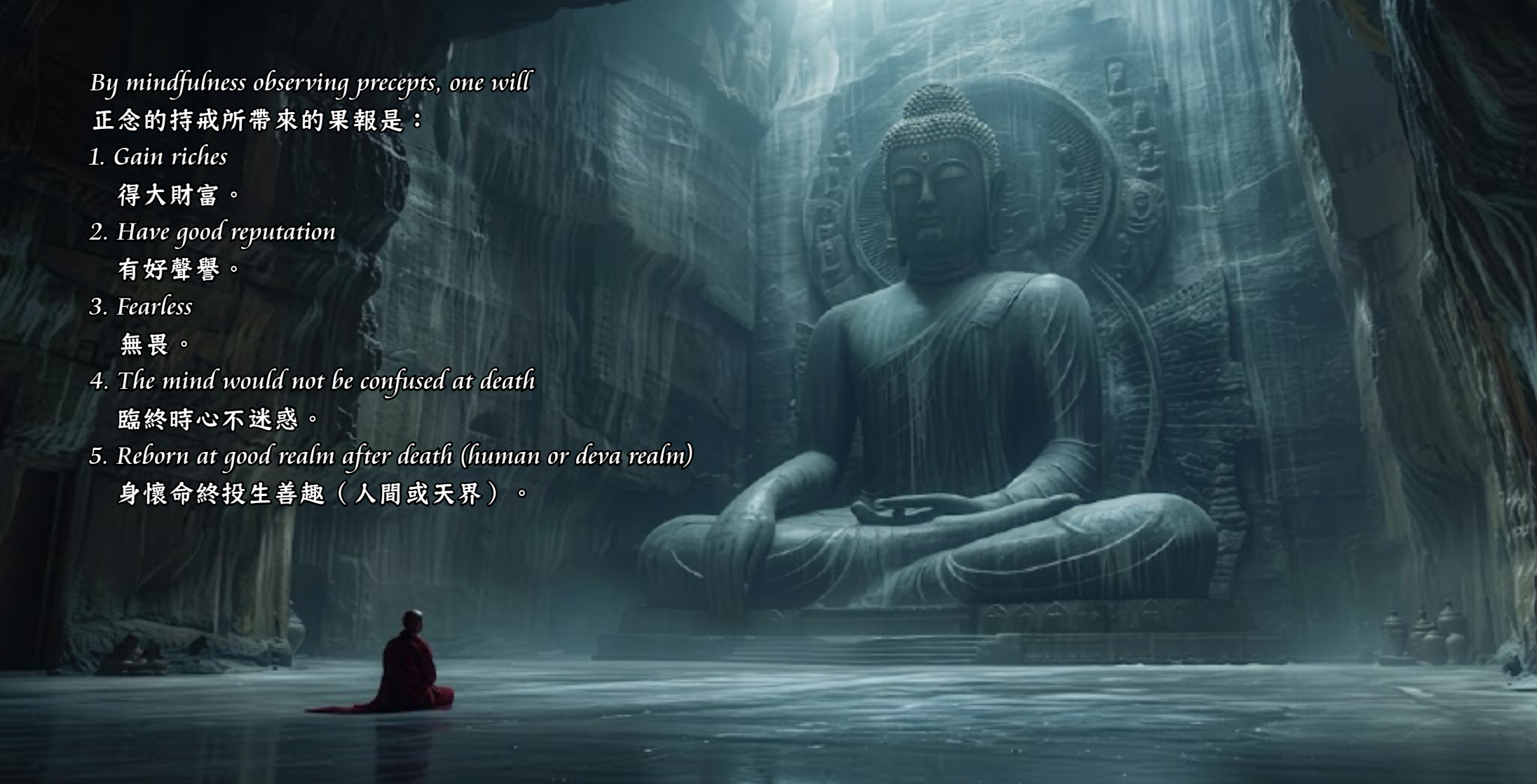


DhammaJāta Publication 法錦出版社









By mindfulness observing precepts, one will

正念的持戒所帶來的果報是：

1. Gain riches

得大財富。

2. Have good reputation

有好聲譽。

3. Fearless

無畏。

4. The mind would not be confused at death

臨終時心不迷惑。

5. Reborn at good realm after death (human or deva realm)

身懷命終投生善趣（人間或天界）。



什麼財富對人最好？什麼善行導向快樂？什麼味更甜美？什麼生活是他們說的最好生活？

信仰的財富對人最好。法的善行導向快樂。真諦之味更甜美。智慧的生活是他們說的最好生活。

《經集・第 1 品・第 10 經・阿喇瓦咖經》

僅以編輯此書的功德，祝願
父母、師長、同梵行者、所有原作者、親友、
助印者、護法信眾、讀者、一切有情眾生
法體安康、少病少惱、善願達成、早證菩提
願佛陀正法久住世間！
願一切眾生離苦得樂！

May all Sentient Beings be Well, Happy & Peaceful.

願一切有情眾生
平安、快樂、祥和



dhammajata@gmail.com
DhammaJata 法錦
www.dhammajata.org
+60 12-470 7637

DhammaJāta Dhamma Group 法錦修行社

法錦禪苑（吉祥至善禪修者教團與龍樹林馬來西亞分院）
DHAMMAJĀTA ARAÑÑA MEDITATION CENTER

Lot 327, Kampung Wellesley, Sungai Bakap, Jawi,
14200 SPS Penang, MALAYSIA.

