

法鼓文理學院佛教學系碩士論文

初期佛教的懺悔和其心理意涵

Repentance in Early Buddhism and

Its Psychological Implications



指導教授：溫宗堃博士

研究生：陳雅君撰

中華民國一百一十三年七月

法鼓文理學院碩博士論文授權書

中華民國 110 年 10 月 13 日 110 學年度第 2 次教研會議修正通過

中華民國 112 年 05 月 03 日 111 學年度第 6 次教研會議修正通過

- 立書人（即論文作者）：陳雅君（下稱本人） 學號：M109106
- 授權標的：本人於法鼓文理學院（下稱學校）112 學年度第 2 學期

佛教學系（學系、碩士學位學程） 碩士 學位論文
取得 博士 專業實務報告

論文題目：初期佛教的懺悔和其心理意涵

指導教授：溫宗堃 博士

（下稱本著作，本著作並包含論文全部、摘要、目錄、圖檔、影音以及相關書面報告、技術報告或專業實務報告等，以下同）

緣依據學位授予法等相關法令，對於本著作及其電子檔，學校圖書館得依法進行保存等利用，而國家圖書館則得依法進行保存、以紙本或讀取設備於館內提供公眾閱覽等利用。此外，為促進學術研究及傳播，本人在此並進一步同意授權學校、國家圖書館、資料庫廠商等對本著作進行以下各點所定之利用：

一、對於學校之授權部分：

本人 同意 不同意（請勾選其一）授權學校，無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用，其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫，並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向 學校校園內 校外位於全球使用之使用者（請勾選，可複選）公開傳輸，以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

二、對於國家圖書館之授權部分：

本人 同意 / 不同意（請勾選其一）授權國家圖書館，無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用，其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫，並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向館內及館外位於全球之使用者公開傳輸，以供使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

三、對於資料庫廠商之授權部分：

本人 同意 / 不同意（請勾選其一）由學校將本著作有（無）償授權資料庫廠商（下稱該資料庫廠商或該廠商）進行以下範圍之利用：

（一）該資料庫廠商得將本著作重製收錄於其所建置營運之特定數位資料庫（下稱該資料庫），並透過網際網路向全球訂購該資料庫之使用者公開傳輸，以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

- (二)該資料庫廠商不得再轉授權第三人將本著作重製收錄於其他資料庫或進行其他營利或非營利利用。但於台灣以外之海外地區，該廠商得委託當地之代理商或經銷商代為處理當地使用者訂購該資料庫事宜。
- (三)若該合作以有償方式進行，則資料庫廠商因本點授權利用本著作所取得之收益，應依該廠商與學校授權契約支付本人合理權利金，支付標準由學校為本人利益而全權與該廠商議定。本人同意，上開權利金(以下請勾選其一)：
- 由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。
- 應給付本人，並由該廠商直接通知本人領取，且聯絡資料倘有不全、錯誤或異動而未書面通知，導致權利金無法給付，或收到廠商通知未回覆者，於次年3月31日後，自動將此筆款項由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。
- (四)本人保有隨時終止本點授權之權利，並於本人向學校辦理完成終止授權相關程序後，由學校通知該廠商將本著作自該廠商資料庫中刪除且不得再為其他形式之利用。但終止前已完成訂購之使用者，則視該使用者之訂購條件，由學校與廠商協商其提供及刪除時間。

- 四、本授權書第一點至第三點所定授權，均為非專屬且非獨家授權之約定，本人仍得自行或授權任何第三人利用本著作。
- 五、本授權書第一點至第三點所定授權對象，依各該點授權利用本著作時，均應尊重本人著作人格權及權利管理電子資訊等相關權利，不得以任何方式省略、增修或變更本人署名、本著作名稱、本著作內容及相關資料(包括本人原記載取得學位論文之學校全銜、書目等詮釋資料等)。第三點所定資料庫廠商亦應要求其代理商或經銷商遵守。
- 六、依本授權書第一點至第三點將本著作透過網際網路對外公開之時間(請勾選)：
- 於本授權書簽署日，均立即對外公開。
- 本人要求本著作應自民國__年__月__日起始得對外公開，故因本授權書第一點至第三點所定授權而發生得透過網際網路對校外、館外或對資料庫使用者之公開傳輸部分，亦應自該日起始生效力。
- 七、本授權書第一點至第三點分別所定各該授權對象，均應各自遵守其授權範圍及相關約定。如有違反，由該違反之行為人自行承擔一切法律責任。
- 八、本人擔保本著作為本人創作而無侵害他人著作權或其他權利。如有違反，本人願意自行承擔一切法律責任。
- 九、個資利用同意條款：本人同意，學校及國家圖書館為本授權書所定各授權事項目的範圍內(但勾選「不同意」者除外)得蒐集、處理及利用本人所提供之個人資料，學校並可將該等個人資料提供給包括國家圖書館及資料庫廠商在內之相關第三人在同一目的範圍內處理及利用。

研究生簽名：陳雅君

民國： 113 年 7 月 22 日

授權書2面，需雙面列印並親筆簽屬3份。請於送繳紙本論文時一同繳至圖書資訊館辦理離校手續。

法鼓文理學院佛教學系碩士班

研究生學位論文口試委員會審定書

112 學年度第 2 學期


研究生：陳雅君

題目：(中文) 初期佛教的懺悔和其心理意涵

(英文) Repentance in Early Buddhism and Its
Psychological Implications

業經本委員會審議通過

學位論文口試委員





指導教授



系主任



中華民國 113 年 05 月 30 日

初期佛教的懺悔和其心理意涵

摘要

經由對照巴利三藏和漢譯四阿含經的內容，分析出懺悔情節的特徵要件總共有五個，分別是：一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象，二、懺悔主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔。

關於初期佛教的布薩制度，說法或聽法在每一個月八日和十四日舉行，誦戒與懺悔則在每一個月初一和十五舉行，值得注意的是：誦戒與懺悔是出家人和在家人分開舉行，出家人的自恣則是與布薩連在一起舉行或在三個月結夏安居的最後一天舉行，而在家人的懺悔內容多為十惡業等內容，在舉行三皈五戒或八關齋戒之前都需要懺悔。

懺悔仰賴於意業上和心理上的慚愧心，慚愧心即是懺悔之前的內在動機，經由本研究發現：慚愧心有羞恥和怕造惡的意思，慚愧心也是邁向解脫或證得阿羅漢果的必要條件。

而人在懺悔之後則有哪一些身心的變化？其實，以佛教的角度來看，懺悔之後才能得到戒學的清淨和圓滿，進而才能有禪定的心理狀態和解脫的智慧；以現代的心理學的角度來看，懺悔之後可以減少內心的內疚感，也可以增進社會聯絡，而且別人對自己的觀感較佳，在心理方面，也比較可以在心裡得到平靜和輕安，亦比較沒有後悔的心情，或是可以減低焦慮的心情，更甚者，可以減少健康問題與減少生病次數。

不懺悔或覆藏罪行會造成哪一些後果？以個體的身心變化來說，可能會容易生病，也有較高的癌症發病率，也有可能容易發生高血壓，更甚者，容易導致個體死亡，在心情方面，也可能過度內疚與無法原諒自己，並且有道德方面的孤立感，長期下來會意志消沉、憂鬱，而一些研究也發現行為抑制也會導致高焦慮的狀態；以佛教的角度來說，覆藏罪行無法達成禪定的心理狀態，並且也無益於解脫與證得阿羅漢果，而若是個體生在有佛陀的時代，覆藏罪行也會導致佛陀不願意為其親自主持布薩誦戒。

至於為什麼「接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔」，是由於佛教倫理以「非暴力」為主要原則，而懺悔對象的「寬恕」和懺悔雙方的「和解」才符合「非暴力」的原則；懺悔對象若不接受懺悔主體的懺悔，則懺悔對象內心也會是愚癡和痛苦的狀態，更甚者，不寬恕的態度和憤怒無法緩解的情況下，也有可能導致各種可怕的懲罰，而「懲罰」是不符合人性的做法，也違反「非暴力」的原則。

關鍵詞：初期佛教、懺悔、心理意涵、慚愧心、和解

Repentance in Early Buddhism and Its Psychological Implications

ABSTRACT

By paralleling the contents of the Pāli Canon and the Chinese translation of the Four Āgamas, the five essential elements of the repentance in early Buddhism have been identified: (1) There must be a subject who repents and an object who receives the repentance. (2) The subject of repentance must psychologically recognize or realize their own sin. (3) The subject must confess their sin and the motives behind it. (4) The subject commits to not repeating the sin in the future. (5) The object of repentance must accept the subject's repentance.

Regarding to the Uposatha system in early Buddhism, the preach of Dharma was held on the 8th and 14th days of each month, while recitation of precepts and repentance were conducted on the 1st and 15th days of each month. Furthermore, the monks, the nuns and the lay practitioners separately held the recitation of precepts and the repentance. Pavāraṇā was usually held together with Uposatha or conducted on the last day of Vassa. The lay practitioners mainly focused on repentance of the Ten Evil Deeds and usually did this kind of repentance before taking the Three Refuges, the Five Precepts or the Eight Precepts.

Repentance relies on the psychologically ashamed mind, which are internal motivations prior to repentance. This thesis finds that the ashamed mind involves abashed feelings and fear of wrongdoings. The ashamed mind is also an essential condition for attaining liberation or Arahantship.

What physical and mental changes occur after repentance? From a Buddhist perspective, repentance can lead to the purity and perfection of precepts' conducting and virtue, which can also lead to a state of concentrated mind and wisdom for liberation. From a modern psychological standpoint, repentance can reduce feelings of guilt, improve social connections, enhance others' perceptions of oneself, or lead to a sense of peace and tranquility. It can also alleviate feelings of regret, reduce anxiety, or may even decrease health problems and the frequency of illnesses.

What are the consequences of not repenting or concealing one's sin? Physically, it may lead to a higher likelihood of illness, higher cancer rates, a greater risk of hypertension, or even mortality. Mentally, it can result in excessive guilty, self-unforgiveness, moral isolation, despondency or even long-term depression. Behavioral inhibition due to concealing sins can also cause high levels of anxiety. From a Buddhist perspective, concealing sins hinders the attainment of a concentrated state of mind and concealing sins is also detrimental to liberation and attaining of Arahantship. If one lives in the time of the Buddha, concealing sins would also cause the Buddha to refuse to personally conduct the Uposatha ceremony and recite the precepts.

Why must the object of repentance accept the subject's repentance? This is because Buddhist ethics uphold the principle of "non-violence." The object's forgiveness and the reconciliation between the two parties conform to this "non-violence" principle. If the object does not accept the subject's repentance, it would lead to ignorance and suffering for the object as well. Moreover, a lack of forgiveness and unresolved anger could result in more severe consequences or punishment. The "punishment" is neither a humane approach nor consistent with the principle of "non-violence."

Key words: Early Buddhism, Repentance, Psychological implications, Ashamed mind, Reconciliation



誌謝

首先，我要感謝我的父母和家人。感謝我的母親，因為母親在我大學的時候有一次推薦我去參加佛教的夏令營，而讓我成為了佛教徒；在報考法鼓文理學院佛教系時，母親也陪著我練習口試。母親也是一位佛教徒，他不僅是我生命中最摯愛的家人，也是我生命中的恩人，亦是我修行路上的同行道友。我也要謝謝我的父親，一直一來非常支持我念佛教系，也在背後給我最大的援助，父親也在我人生中的失敗時刻幫助我很多，很謝謝爸爸。我也十分感謝我的兩個姊姊和哥哥，你們也總是全力支持我念佛教系，並且給我適當且有用的建議，謝謝你們。

其次，我要感謝法鼓文理學院所有人和法鼓山這個佛教團體，我要謝謝法鼓山的創辦人聖嚴師父，若沒有聖嚴師父，則沒有今天的我在法鼓文理學院受教育，我也非常感謝法鼓文理學院，尤其感謝我的指導教授溫宗堃教授，感謝溫宗堃教授總是在我語無倫次、天馬行空或不切實際的時候，適時教導我與提醒我，讓我的論文能夠更好且更完善，在碩士班前兩年的時候上了溫宗堃教授的課程，也學習到很多有關於初期佛教的知識，讓我受益良多，我也要感謝兩位口試評審委員老師：鄧偉仁教授和尤惠貞教授，謝謝您們用心的評語，使我的論文更好，尤其感謝尤惠貞教授特別從嘉義上來新北市法鼓山當我的評審教授，也要感謝論文口試當天來現場幫助我的釋修斐法師；我亦要謝謝法鼓文理學院的全體師長和教授們，我覺得法鼓文理學院的老師們真的很佛心！他們總是溫柔且不厭其煩地教導我們這些學生，非常謝謝！我也要謝謝法鼓文理學院的全體職員，沒有你們，我就無法在學校順利地就讀，我也要感謝法鼓山和法鼓文理學院強大的繁體中文佛教經典資料庫：CBETA，有了CBETA這個系統，真的方便很多！使我在佛法海洋當中能夠自在徜徉，整個佛教的大藏經都在裡面！想要查什麼就可以查什麼！引用也十分方便，真的是太強大了！我也要感謝法鼓文理學院的環境和硬體設備，亦要感謝法鼓山園區的齋堂，使我三餐無憂，法鼓文理學院的設備環境非常新且乾淨，讓我在學校能夠安穩舒服地學習。

我當初之所以能夠考上法鼓文理學院，也要特別感謝佛教系主任鄧偉仁教授、釋果幸法師、蔡伯郎教授和梅靜軒教授，你們確實是我的貴人，讓我能夠進入這麼好的校系：法鼓文理學院佛教系就讀，我也要感謝禪修實習帶領我們禪七和禪五的釋果鏡法師，我其實在念法鼓佛教系之前完全沒有打坐的經驗，我的首次長時間的打坐經驗就是獻給釋果鏡法師所帶領的禪五，在禪五期間除了打坐禪修與觀照自己的身心之外，也在打掃工作與拜懺當中學習到很多，非常感謝釋果鏡法師！

我也要感謝佛教系 M109 級所有同班同學，有了同班同學的互相鼓勵與勉勵，是我能夠持續堅持學業的精神支柱，我也要特別感謝我的同學：釋曇當法師，我們兩個是非常好的朋友，常常都選修一樣的課，我們也是 M109 級印度佛教組的唯二兩人，我們常在一起討論課業與討論佛法，你真的是我好的同行善

友！我也要感謝碩一室友羅演真、碩二室友黃儀娟和樓友們，感謝你們的幫助，也使我在法鼓的宿舍生活有秩序且多采多姿，我也要感謝佛教系同系的同儕們、學長學姊和學弟學妹，謝謝你們在我碩士就讀期間豐富了我的生命，我最愛與你們交朋友與聊天！

我也要感謝一起清掃祈願觀音殿的同行善友們和帶領的法師：釋果啟法師，我也要感謝我打掃齋堂的時候與我一起打掃的僧團法師們，沒有你們的幫助，我一個人無法完成打掃工作，打掃可以說是修心的功夫，感謝法鼓山僧團法師們總是和善又友善地幫助我們完成打掃工作。

碩士班三年級那一年，我去到德國的漢堡大學當交換學生一年，我必須要感謝德國漢堡大學全部的師長教授們、職員們和同學同儕們，也要感謝法鼓文理學院的國際事務組，我亦要感謝我在德國漢堡大學交換期間認識的所有朋友們，尤其要感謝來自香港的朋友蔣慈恩，在冬季學期和夏季學期的空檔期間，我和慈恩總是去咖啡廳或是圖書館努力地撰寫我們的碩士論文，慈恩也已經於 2023 年順利完成論文且拿到碩士學位，感謝好友慈恩的幫助與互相砥礪，使我在德國也能專心地撰寫論文。

寫到這裡，或許還有一些人我漏掉且沒有感謝到，在此我也必須感謝一些我在這邊沒寫到的人，你們都豐富了我的人生，無論順境或逆境，都讓我學習與成長，謝謝大家！



初期佛教的懺悔和其心理意涵

目錄

第一章 緒論	1
第一節 研究動機與目的.....	1
第二節 問題意識.....	1
第三節 研究方法.....	2
第四節 研究範圍.....	2
第五節 文獻回顧.....	3
一、初期佛教懺悔的相關文獻.....	3
二、初期佛教懺悔的心理意涵相關文獻.....	5
第六節 論文架構.....	6
第二章 初期佛教的懺悔	8
第一節 懺悔的語意.....	8
第二節 四阿含經懺悔情節的特徵要件.....	10
一、懺悔的主體和接受懺悔的對象.....	10
二、懺悔主體心理自見罪或自知罪.....	11
三、懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機.....	13
四、懺悔主體承諾以後不再犯.....	14
五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔.....	16
六、其他議題探討.....	17
(一) 接受懺悔的對象是當事人？又或者是第三者？.....	17
(二) 總表整理.....	24
第三節 初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式.....	26
一、出家人的布薩.....	26
(一) 說法.....	28
(二) 誦戒與懺悔.....	29
(三) 自恣.....	33

二、出家人不同罪行的懺悔方式.....	36
(一) 重罪.....	36
(二) 輕罪.....	41
(三) 二不定法.....	47
三、出家人的羯磨.....	48
第四節 初期佛教在家人的戒罪及其懺悔方式.....	50
一、在家人的布薩.....	50
二、三皈五戒之前懺悔.....	53
三、八關齋戒之前懺悔.....	54
第五節 懺悔是否能滅罪或消業.....	55
第六節 小結.....	57
第三章 初期佛教懺悔的心理意涵.....	59
第一節 初期佛教的懺悔和戒、定、慧三學的關係.....	59
第二節 初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係.....	61
第三節 四阿含經懺悔情節的特徵要件及其心理意涵.....	63
一、第一個特徵要件的心理意涵.....	63
二、第二個特徵要件的心理意涵.....	64
(一) 何謂慚愧心.....	64
(二) 慚愧心和解脫的關係.....	71
三、第三個特徵要件的心理意涵.....	75
四、第四個特徵要件的心理意涵.....	78
五、第五個特徵要件的心理意涵.....	78
第四節 懺悔前後的身心變化.....	82
一、願意懺悔的原因和懺悔後的身心變化.....	82
二、不願意懺悔的原因和不懺悔後的身心變化.....	83
第五節 懺悔的困境：懺悔之後不停地再犯.....	85
第六節 小結.....	85
第四章 結論.....	87
參考文獻.....	88

初期佛教的懺悔和其心理意涵

表目錄

第一章 緒論	1
第二章 初期佛教的懺悔	8
表 1：四阿含經懺悔情節的特徵要件總整理表格	25
表 2：出家人偷蘭遮罪的種類、品類和其懺悔方式	41
表 3：佛教三業、十善業和十惡業內容對照表	52
第三章 初期佛教懺悔的心理意涵	59
第四章 結論	87
參考文獻	88



第一章 緒論

第一節 研究動機與目的

本論文一開始的研究動機與目的，是因為筆者很想要知道怎麼樣的懺悔才是有效的？懺悔是否真的能滅罪？都是我個人很想要探究的問題，雖然現在的懺悔法門五花八門，但是真的能夠達到不墮惡道或解脫的目的嗎？本研究為了探尋這些問題的答案，於是嘗試從初期佛教的懺悔當中找尋答案。

依照佛教因果業報的法則，善有善報、惡有惡報，一般的人都還未超脫輪迴，總有死亡的一天，要如何避免死後墮入惡道受苦？於是持戒與懺悔在其中的角色就很重要，而什麼樣的懺悔才是一個真正有效果的懺悔？而這樣的懺悔能不能滅罪？於是讓筆者想要進一步探究懺悔的最初源頭，也就是初期佛教的懺悔和其最初的本意為何，經由探討懺悔梵文原文的語意與分析四阿含經關於懺悔情節的特徵要件，就會發現一些線索，筆者想要從一手原典文獻探究出初期佛教懺悔的特徵要件，並且探究在初期佛教時有哪一些懺悔制度，例如：初期佛教的布薩制度、初期佛教出家人的懺悔方式、初期佛教在家人的懺悔方式等，而後也會試著探討懺悔是否能滅罪或消業的問題，以讓大家知道如何做出一個有效果的懺悔。

一般來說，什麼樣的人需要懺悔？通常是指犯了法律上的罪或是佛教中的戒罪才需要懺悔，而佛教中的戒條有非常多種，而懺悔本身對於成就戒、定、慧三學中的「戒學」是有幫助的，其實，戒、定、慧三學的學習是有先後順序的，想要有禪定，則必須先持戒，想要有解脫的智慧，則必須要先持戒與修禪定，雖然，禪修、冥想和打坐等領域已有多位學者有研究成果，然而，初期佛教的懺悔和其心理的意涵卻鮮少人研究，其實，人要產生禪定之前，必先持戒嚴守清淨，若犯戒或沒有持戒，則禪定則無法產生，所以懺悔和持戒是佛法的根本。

有鑑於目前學者對於四阿含經關於懺悔情節的特徵要件還未有很系統化地歸納，再者，初期佛教的懺悔和其心理意涵與禪修領域比較起來，確實較少學者研究，於是期望自己能夠把初期佛教的懺悔和其心理意涵寫得更清楚。

第二節 問題意識

關於問題意識，主要分為兩個部份，第一個部份為：何謂「初期佛教的懺悔？」、「初期佛教的懺悔有哪一些特徵？」，第二個部份為：何謂「初期佛教懺悔的心理意涵？」，關於第一個部份的問題，首先，筆者會先從懺悔的梵文原文語詞進行探討，從中探究懺悔相關詞彙所要表達的意思，接著，筆者會先從四阿含經中挑出懺悔情節，然後也從可以互相與四阿含經對照的巴利三藏內容也同樣挑出共同的懺悔情節，進而分析出懺悔情節的特徵要件，也探討懺悔對象是否為當事人或第三者

的問題，而後，筆者會整理出初期佛教出家人和在家人的戒罪及其懺悔方式有哪一些，最後，筆者則會試著問：懺悔是否能滅罪或消業？進而從佛經一手文獻中分析出懺悔能否滅罪或消業的結論。

關於第二個部份的問題：何謂「初期佛教懺悔的心理意涵」？首先，筆者會先探討初期佛教懺悔和戒、定、慧三學的關係，從中可以知道，初期佛教的懺悔和「戒學」最有關係，有了戒學的圓滿，才有接下來心理上的禪定和解脫的智慧，接著，則是探討初期佛教懺悔和身、口、意三業的關係，其實，佛教最注重「意業」，而自身要如何發動懺悔？則有賴於「意業」的「慚愧心」，而後，針對第二章第二節所分析出的四阿含經懺悔情節的五個特徵要件，一一去探討每一個特徵要件的的心理意涵，之後，則引用現代學者的二手文獻和研究成果去探討懺悔前後的身心變化，最後，筆者會試著從懺悔的困境：也就是懺悔之後不停地再犯的問題，去探討懺悔之後不停地再犯對於個體的心理意涵為何，並且試著探詢解決的方法。

第三節 研究方法

關於研究方法，本論文的研究方法主要為「文獻分析法」。首先，第二章一開始會先從懺悔的梵文原文語詞進行探討，接著在第二章第二節則也使用了「對照」等類似的方法，將四阿含經與巴利三藏能夠互相對照的內容全部都挑出來引用與探究，並從中分析出四阿含經懺悔情節的特徵要件，可以得出有五個懺悔情節的特徵要件，接著，筆者主要會從二手文獻整理出初期佛教出家人和在家人的戒罪及其懺悔方式，通常也會先從梵文原文或巴利文原文的語詞語意探討，也有初期佛教布薩制度的研究，在第二章結尾則是探討懺悔是否能滅罪或消業的問題。

在第三章，筆者將會探討初期佛教懺悔的心理意涵為何？首先，一樣主要使用「文獻分析」的方法，從分析佛經一手文獻探究出初期佛教懺悔和戒、定、慧三學的關係，從中可以知道有了戒學圓滿才有心理上的禪定和解脫的智慧，接著，探討初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係，從中可以知道，要如何從個體主動策發懺悔，則仰賴意業的慚愧心，心理意涵即是指意業方面，而後第三章第三節，則針對第二章第二節所分析出懺悔情節的五個特徵要件，一個一個去探尋每一個特徵要件的的心理意涵，之後第三章第四節則從二手文獻和現代學者的研究結果去分析出懺悔前後的身心變化，最後，筆者會試著對懺悔的困境：也就是懺悔後不停地再犯的問題提出懺悔在這個過程當中的心理意涵與提出解決懺悔困境的方式。

第四節 研究範圍

關於研究範圍，一開始主要聚焦研究漢譯四阿含經：《雜阿含經》、《中阿含經》、

《長阿含經》和《增壹阿含經》，而與漢譯四阿含經可以對照與對讀的為巴利三藏的《相應部經典》、《中部經典》、《長部經典》和《增支部經典》，尤其，在第二章第二節四阿含經懺悔情節的特徵要件裡面，引用特別多漢譯四阿含經和《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版）的內容，在第二章第三節初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式這一節當中，也多所引用漢譯四個律典：《彌沙塞部和醯五分律》、《摩訶僧祇律》、《四分律》和《十誦律》。

筆者之所以大部份引用這些佛經，是因為這些佛經都是初期佛教時期的重要文獻，漢譯四阿含經可以說是能夠與巴利三藏的《長部》、《中部》、《相應部》和《增支部》進行對照，歷來學術圈的學者們也已經證實此漢譯四阿含經能夠與巴利三藏的《長部》、《中部》、《相應部》和《增支部》進行對照與對讀，並且確實是初期佛教時期的重要文獻，而《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版）更不用說，實則是南傳大藏經的漢譯版，也是初期佛教時期的重要文獻。

而漢譯的四個律典：《彌沙塞部和醯五分律》、《摩訶僧祇律》、《四分律》和《十誦律》，歷來學術圈的學者們也多所研究，此漢譯四律典的內容與初期佛教的歷史事實進行比對、對照與考證，此漢譯四個律典確實也是初期佛教時期的重要文獻。而由於初期佛教懺悔的內容極為繁雜，內容也極多，所以筆者除了引用巴利律的二手文獻之外，也有引用漢譯的四個律典，以達到互補之效。

而關於初期佛教懺悔的心理意涵，筆者除了引用上述提過的一些一手文獻，例如：《雜阿含經》、《中阿含經》、《長阿含經》和《增壹阿含經》以及《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版）之外，在第三章第三節四阿含經懺悔情節特徵要件的心理意涵當中，由於「慚心」和「愧心」也是所謂的「心所」，所以筆者也多所引用阿毗達磨相關佛經的論點，去讓讀者容易理解何謂意業和心理上的「慚愧心」，例如引用：《阿毘達磨集異門足論》、《阿毘達磨界身足論》、《眾事分阿毘曇論》、《阿毘達磨品類足論》、《阿毘曇八犍度論》、《阿毘達磨發智論》、《舍利弗阿毘曇論》和《阿毘達磨俱舍論》等阿毗達磨的相關佛典。

第五節 文獻回顧

文獻回顧分為兩大類：一類是初期佛教懺悔的相關文獻，另一類則是初期佛教懺悔的心理意涵之相關文獻，詳述以下：

一、初期佛教懺悔的相關文獻

（一）李鳳媚（1999年4月）。《巴利律比丘戒研究》。嘉義新雨雜誌社。

此本書首先介紹了巴利律的簡介，而後詳細敘述了巴利律比丘戒的各種戒條及其懺悔方式，包括四驅擯、十三僧殘、二不定、三十捨懺、九十二懺悔、四悔過、七十五眾學和七滅諍的詳細戒條內容和懺悔方式，均有詳細的說明與分析，此文獻對本研究非常有幫助，是本研究第二章第三節：「初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式」的一個很強而有力的文獻來源。

(二) 羅因 (2002)。〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，頁 407-頁 426。

此篇論文詳細敘述了布薩的起源、布薩的日期、布薩的內容和規定、布薩的自恣和在家人的布薩制度，此篇論文被多位學者多所引用，是早期佛教布薩制度的重要論文，其主張在家人也有布薩制度的觀點，觀察入微且有憑有據，是本研究第二章第三節：「初期佛教出家人的戒罪和其懺悔方式」和第二章第四節：「初期佛教在家人的戒罪及其懺悔方式」中布薩懺悔制度的最佳文獻來源。

(三) 釋同燈 (郭陳叡) (2020)。《懺悔內涵與滅罪方式》，法鼓文理學院佛教學系碩士論文。

在釋同燈 (郭陳叡) 於 2020 年的碩士論文《懺悔內涵與滅罪方式》當中的第二章，描述了懺悔梵文的原意、語意和詞義解釋，讓讀者更能夠了解懺悔的原詞所表達的含意；在第三章則是描述了阿含經的懺悔用例，在第四章則提出整篇論文的重點，其描述了懺悔的方式與歷程，即為：「知罪→發露→懺罪→滅罪→清淨→安樂」六個步驟，其中，前面三個步驟：「知罪→發露→懺罪」是「因」，前三項以「懺悔」為總相名，後面三個步驟：「滅罪→清淨→安樂」是「果」，後三項以「滅罪」為總相名，再者，在第四章也有提到出家人的懺悔方式，例如僧殘罪及五種罪的懺悔方式。

然而，在第三章阿含經的懺悔用例中，雖然有舉出四阿含經中關於懺悔的情節，卻未歸納出其懺悔情節的特徵，且在第四章中，各種出家人重罪和輕罪的詳細戒條和懺悔方式並沒有全部詳盡寫出，筆者希望能夠補充其還未詳盡寫出的部份，繼續深入研究。

(四) Jayarava Michael Attwood. 2008. "Did King Ajātasattu Confess to the Buddha, and did the Buddha Forgive Him?" *Journal of Buddhist Ethics*, 15, p.p. 279-307

關於懺悔能否滅罪的問題，根據業力法則，此文作者認為初期佛教的業力觀當中，業力無法被抵銷，業力也無法被根除，但是修行所產生的善的業力能減輕行為的後果，也就是說，修行所產生的善的業力可以減輕惡業的影響，使惡業的果報減弱，而此文作者也認為佛法雖然可以導致未來不痛苦，卻不行抵消以前的行為業力。

本篇文章主要目的在回答三個問題，第一個問題：阿闍世王向佛陀懺悔了嗎？第二個問題：原文的詞是「彌補」、「懺悔」，還是其他什麼意思？第三個問題則是：佛陀會原諒阿闍世王嗎？關於此三個問題的解答，此文作者認為阿闍世王確實向佛陀「懺悔」，原文的詞也確實有「懺悔」的意思，但是此文作者不覺得佛陀在邏輯上可以原諒阿闍世王，佛陀只是接受了阿闍世王的話語，此文作者認為阿闍世王必須承擔其行為的後果，儘管其行為的後果有可能減輕，但是佛陀對阿闍世王行為的後果沒有任何影響力。

此篇文獻對於懺悔的業力法則觀點與《中阿含經》大約一致，也就是說，懺悔可能導致其惡的果報「重報輕受」，也就是說惡的果報會因為懺悔而有所減弱，但是卻不行抵消以前的業力。

二、初期佛教懺悔的心理意涵相關文獻

(一) Charles K. Fink. 2012. “ Buddhism, Punishment, and Reconciliation, ” *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, p.p.370-395

佛教倫理即是：「非暴力」，「懲罰」的做法與「非暴力」原則不相容，符合「非暴力」教義的是「和解」；和解能夠達到雙贏的局面，不僅補償了受害者的損失，也解決了他們的怨恨情緒，和解也對加害人有利，因為和解能夠達成加害人的道德進步，並彌補過去的不法行為；再者，和解的目的不是傷害犯罪者，而是讓犯罪者能夠恢復「被信任」，而將社會凝聚在一起

若加害人願意懺悔，而加害人的懺悔和慚愧心程度與罪行嚴重程度呈現正比時，則受害人對加害人此後的怨恨變成沒有道理的，此篇期刊論文對於本論文第三章第三節：四阿含經懺悔情節的特徵要件及其心理意涵當中的第五個特徵要件之心理意涵有很好的立論證明。

(二) S.J. Noel Sheth. 2017. “ The Distinctive Character of Buddhist Forgiveness and Reconciliation, ” *Annals of the University of Bucharest Philosophy Series*, Vol. 66, No. 1, p.p.71-95

此篇期刊論文指出：寬恕是佛教忍耐美德的一部份，而受害人面對加害人要用什麼態度或想法去因應？首先，必須要想像現在的敵人可能是前世的親朋好友，且佛教不相信靈魂，所以嚴格來說不存在傷害自己的人，接著，敵人實際上是自己的朋友，因為他們給受害人一個修行解脫的機會，而後，五蘊其實都是暫時的聚合體，後一刻的五蘊和前一刻的五蘊不同，所以沒有誰得罪誰的問題，最後，我們應該要先對親朋好友產生慈心、隨後對交情中等的人產生慈心，最後則是對敵對的人產生慈心。

此篇期刊論文對於本論文第三章第三節：四阿含經懺悔情節的特徵要件及其心理意涵當中的第五個特徵要件之心理意涵有很好的立論基礎，對於「為什麼接懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔？」這個問題有一些很好的解方。

(三) Murray-Swank, A. B., McConnell, K. M., & Pargament, K. I. 2007. “ Understanding spiritual confession: A review and theoretical synthesis, ” *Mental Health, Religion and Culture*, 10:3, p.p. 275-291

所謂 Spiritual Confession 精神懺悔的定義，此篇文章作者認為有以下三種定義：「1. 可以是公開或私底下的口頭行為、2. 承認他們違反了充滿精神意義的標準、3. 為他們的違規行為尋求寬恕。而此篇文章作者也認為口頭懺悔會讓個人經歷更大的認知變化以及自尊和免疫系統功能的改善，並且比書面懺悔的個人更具適應性的應對策略。

此篇文章作者也指出，精神懺悔具有四種功能：「1. 減少內疚和羞恥、2. 尋求社會聯繫、3. 尋求意義和連貫性、4. 印象管理」，此篇文章提供本研究在第三章：「初期佛教懺悔的心理意涵」一個很好的立論基礎，尤其在本研究第三章第四節：「懺悔前後的身心變化」，使得筆者在寫懺悔所導致的後果時，有很好的文獻基礎和證明。

(四) Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC. 1987 Apr. "The psychophysiology of confession: linking inhibitory and psychosomatic processes," Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 52 No. 4, p.p.781-793.

此篇論文研究顯示：若個體為抑制者與不透露想法和感受，則會給身體帶來額外的壓力，導致患病率增加，也和死亡率相關，例如較高的癌症發病率、血壓水平升高以及更多的身體疾病。

最近的研究表明，若個體談論或寫作重大動盪事件和創傷，最終會減少健康問題，自我表露研究的先驅 Jourard (1971) 指出：「與他人交談甚至寫下自己的問題，最終可以減少或預防健康問題」，Pennebaker 和 Beall 在 1986 年的實驗結果發現：「以書面匿名披露創傷經歷，雖然最初會讓個人感到不愉快，但最終可能會減少就診次數與改善健康觀念」，而此篇論文作者也指出：「布洛伊爾和弗洛伊德也強調了『談話療法』在緩解病症的重要性」。

此篇研究結果顯示：「行為抑制與人類皮膚電導活動特別相關，意即，個體在行為抑制與不表達創傷事件時，皮膚電導水平 (SCL) 會升高與增加，而較高的皮膚電導水平可能反映出未完成或等待的焦慮」，意即，行為抑制會造成皮膚電導水平升高，而呈現高焦慮的心理狀態。

此篇文章提供筆者在寫本研究第三章：「初期佛教懺悔的心理意涵」的第四節：「懺悔前後的身心變化」時，能夠舉例與有證明基礎可以詳述不願意懺悔所導致的後果有哪一些，簡而言之，也是懺悔心理意涵的重要文獻。

(五) Helgason, B. A., & Berman, J. Z. 2022. "Reflecting on identity change facilitates confession of past misdeeds," Journal of Experimental Psychology: General, 151(9), p.p.2259-2264.

為什麼人們不想去懺悔與坦承罪行？本文作者認為有些人會因為懺悔與坦承罪行可能會威脅到他們的好名聲，所以他們選擇不去懺悔與坦承罪行；此文獻提供給本研究第三章：「初期佛教懺悔的心理意涵」的第四節：「懺悔前後的身心變化」當中，幫助筆者能夠寫更多關於「不願意懺悔的原因」的內容。

第六節 論文架構

關於第一章緒論，首先會描述研究動機與目的，接著則是闡明問題意識，而後說明此論文的研究方法，主要以「文獻分析法」為本論文的主要研究方法，之後說明此論文研究範圍的一手文獻有哪一些，包括漢譯四阿含經：《雜阿含經》、

《中阿含經》、《長阿含經》和《增壹阿含經》，以及《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版）的《相應部經典》、《中部經典》、《長部經典》和《增支部經典》，亦使用漢譯的四個聲聞律典：《彌沙塞部和醯五分律》、《摩訶僧祇律》、《四分律》和《十誦律》，也有多所引用阿毗達磨的相關佛典，例如：《阿毘達磨集異門足論》、《阿毘達磨界身足論》、《眾事分阿毘曇論》、《阿毘達磨品類足論》、《阿毘曇八韃度論》、《阿毘達磨發智論》、《舍利弗阿毘曇論》和《阿毘達磨俱舍論》等，然後，第五節則是文獻回顧，文獻回顧主要分為兩大類：一類是初期佛教懺悔的相關文獻、另一類則是初期佛教懺悔的心理意涵相關文獻，初期佛教懺悔的相關文獻有四個，懺悔心理意涵的相關文獻則有五個，最後第六節則是簡單說明此論文的架構。

關於第二章初期佛教的懺悔，第一節會先探討懺悔的梵文相關語詞之語意，第二節則是從四阿含經中挑出各種懺悔情節，然後也對讀與對照巴利三藏的懺悔情節內容，之後從這些懺悔情節中分析出懺悔情節的特徵要件，而特徵要件一共有五個，而也探討接受懺悔的對象需要是當事人或者是第三者？第二節最後則是用總表格來進行整理，而第三節和第四節則是詳細說明初期佛教出家人和在家人的戒罪及其懺悔方式，第五節則探尋懺悔是否能滅罪或消業的問題，最後第六節進行小結。

關於第三章初期佛教懺悔的心理意涵，第一節會先探討初期佛教的懺悔和戒、定、慧三學的關係，從中可以知道，懺悔能夠使戒罪清淨，進而才能使戒學圓滿，戒學圓滿之後才能夠進入禪定的心理狀態，第二節則是會探討初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係，其實，佛教最注重「意業」，而懺悔的先決條件也是「意業」和心理上的「慚愧心」，第三節則是逐個地去分析第二章第二節四阿含經懺悔情節的特徵要件之心理意涵，第四節則探討懺悔前後的身心變化，第五節則是試著從懺悔的困境：懺悔之後不停地再犯的問題去探尋其心理上的意義和困境的解方，最後第六節則是小結。

關於第四章結論，會將第二章初期佛教的懺悔和第三章初期佛教懺悔的心理意涵進行互相串連與關聯，並進行全論文的研究總結。

第二章 初期佛教的懺悔

本章首先將會探究懺悔梵文相關原文語詞的語意，接著則會分析出四阿含經懺悔情節的特徵要件，而後會分別說明初期佛教的出家人和在家人的戒罪及其懺悔方式，最後則是探討懺悔是否能滅罪或消業。

第一節 懺悔的語意

在《四分律疏飾宗義記》卷 8 有言：

興善罰惡稱之為懺等者，今三藏云，梵云痾鉢底鉢喇底提舍那，痾鉢底者，此之罪過也，鉢喇底提舍那，即是對他說也，說己之非，冀令清淨，舊云懺悔，非關說罪，懺摩西音，此當忍義，悔是東語，追悔為名，悔之與忍，迥不相干，若依梵本，諸除罪時，應云至心說罪，西國若有身誤相觸，大者垂手撫身，小者虔恭執躄，口云懺摩，意是請忍，願勿嗔責，律中就他致謝，即說懺摩之言，必若自己陳罪，乃云提舍那矣，雖可習倍久歲，而事須依梵本，今詳，名言通得意之路意，既無求滅罪，亦可義通也。¹

從此段文字可以發現，「痾鉢底鉢喇底提舍那」即是梵文「āpatti-prati-deśanā」，其中，「痾鉢底」是梵文「āpatti」，有罪過的意思，「鉢喇底提舍那」是梵文「prati-deśanā」，有說罪的意思；又「懺悔」本身是梵漢並舉的詞，「懺」即是「懺摩」，「懺摩」是梵文「kṣama」，意思是請求他人忍耐，「悔」則是東語，有「追悔」的意思。

一、懺悔的語意

在《四分律含注戒本疏行宗記》卷 1 中有言：「悔是此土之言，懺是西方略語，如梵本音懺摩也」²，可以見得，懺的源頭是梵文，悔的源頭則是中文，所以懺悔本身即是一個中西合併、梵漢並舉的詞。

從第二章第二節，筆者會分析出四阿含經中關於懺悔情節的特徵，其中可以發現，懺悔其實包含了請求他人原諒和發露罪行（說罪）的程序，現今懺悔一詞可以說是延伸與包括了很多種不同的意思，有中文裡面的「後悔」的意思，也有懺的梵文原意 kṣama，也就是請求他人原諒的意思，也有發露罪行（說罪）的意

¹ 《四分律疏飾宗義記》卷 8，CBETA 2023.Q4, X42, no. 733, p. 252a15-24 // R66, p. 505a5-14 // Z 1:66, p. 253a5-14。

² 《四分律含注戒本疏行宗記》卷 1，CBETA 2023.Q3, X39, no. 714, p. 758a5 // R62, p. 415b14 // Z 1:62, p. 208b14。

思。

二、梵文 kṣama

根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，梵文 kṣama 有「忍受」、「忍耐」的意思³，在釋同燈（郭陳叡）2020 年法鼓文理學院佛教學系碩士論文《懺悔內涵與滅罪方式》當中提到：「一般學者認為最早譯為懺悔的梵語是 kṣama，是語根 √kṣam 加上 a 之後的字，其意為感覺痛苦、忍耐、容忍」⁴，所以 kṣama 其實是指犯罪對對方而言會產生痛苦，進而對方需要忍耐與容忍，而後引申為乞求他人原諒的意思。

三、梵文 āpatti-prati-deśanā

āpatti-prati-deśanā 是一個複合詞，首先，先看 āpatti，在釋同燈（郭陳叡）2020 年法鼓文理學院佛教學系碩士論文《懺悔內涵與滅罪方式》當中提到：

至於 āpatti，山口益在〈懺悔について〉的文中談到 āpatti 是由 ā+√pat+ti 所形成，ā 其意為「到」，√pat 則是「落下；弄倒」的意思，所以有墮落的意思，因此山口益認為 āpatti 有引申為罪過的意思。⁵

由上文可以知道，āpatti 就是罪的意思，而根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，梵文 āpatti 也確實是「罪過」的意思⁶。

接著看 prati，根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，梵文 prati 有「相對於」的意思⁷，也有「每一個」的意思⁸，所以可以知道 prati 本身有「相對於」的意思，也有「每一個」的意思。

最後，關於 deśanā，根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，梵文 deśanā 有「指引」、「指示」、「用法說明」的意思⁹，而筆者認為 deśanā 若在 āpatti-prati-deśanā 此複合詞的語境當中，則有說明的意思。

³ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/01/22)

⁴ 釋同燈（郭陳叡），《懺悔內涵與滅罪方式》，法鼓文理學院佛教學系碩士論文，2020 年，頁 22。

⁵ 釋同燈（郭陳叡），《懺悔內涵與滅罪方式》，法鼓文理學院佛教學系碩士論文，2020 年，頁 23。

⁶ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/01/22)

⁷ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/01/22)

⁸ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/04/22)

⁹ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/01/22)

綜上所述，可以看出，āpatti-prati-deśanā 即是一個梵文的複合詞，其意思即為「說出每一個罪過」，或是「說罪」的意思。

第二節 四阿含經懺悔情節的特徵要件

所謂的四阿含經即是《雜阿含經》、《長阿含經》、《中阿含經》和《增壹阿含經》，從漢譯四阿含經中的懺悔情節中，可以發現這些懺悔情節有共同的五個特徵要件，歷來學者們也都可以從巴利三藏的《相應部》、《長部》、《中部》和《增支部》和漢譯四阿含經的《雜阿含經》、《長阿含經》、《中阿含經》和《增壹阿含經》進行對照，筆者也會試著把漢譯四阿含經與巴利三藏相對應的經文內容找出共同點，並且整理出懺悔情節的五個共通特徵要件，詳述如下：

一、懺悔的主體和接受懺悔的對象

從漢譯四阿含經的內容和巴利三藏的內容中有非常大的部份可以看出，在進行懺悔的時候，有基本的一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象。

關於懺悔的主體，以僧團的比丘或比丘尼佔大多數，舉《雜阿含經》第 564 經為例，其經的內容為：某位比丘尼看到阿難起了欲心，而後被阿難發現，於是阿難與這一位比丘尼保持距離並為其說法，而這位比丘尼在聽法之後得到法眼淨，於是向阿難進行懺悔，原經文如下：

尊者阿難說是法時，彼比丘尼遠塵離垢，得法眼淨，彼比丘尼見法、得法、覺法、入法，度狐疑，不由於他，於正法、律，心得無畏。禮尊者阿難足，白尊者阿難：

「我今發露悔過：愚癡不善，脫作如是不流類事；今於尊者阿難所，自見過、自知過，發露懺悔，哀愍故！」

尊者阿難語比丘尼：「汝今真實自見罪、自知罪，愚癡不善，汝自知作不類之罪，汝今自知、自見而悔過，於未來世得具足戒。我今受汝悔過，哀愍故，令汝善法增長，終不退滅。所以者何？若有自見罪、自知罪，能悔過者，於未來世得具足戒，善法增長，終不退滅。」¹⁰

從經文可以看出，此次懺悔有一個懺悔的主體，也就是這位比丘尼，而也有一個接受懺悔的對象，也就是尊者阿難，而這位比丘尼在懺悔的時候，也有進行發露

¹⁰ 《雜阿含經》卷 21，CBETA 2022.Q4, T02, no. 99, p. 148b25-c8。

罪行與發露犯罪動機的動作，而阿難則是接受了這位比丘尼的懺悔，阿難並且說明若自見與自知罪行能悔過者，於未來世得具足戒，且善法增長、終不退滅。

《雜阿含經》第 564 經可以對照到巴利三藏《增支部》4 集 159 經，其原文如下：

爾時，斯比丘尼，從牀而起，一肩著上衣，稽首具壽阿難足，白具壽阿難言：

「大德！我愚癡，昏迷，為不良所制而具過失，令我作如是。大德！聖阿難請容納我過失，當來將防護。」

「姊妹！汝實愚癡、昏迷，為不良所制而具過失，令汝如是。而，姊妹！汝見過失如過失，如法悔除故，我當為容納。姊妹！見過失如過失，如法悔除，當來防護，是聖者之律繁興。」¹¹

從經文可以看出，懺悔的主體即是這一位比丘尼，而接受懺悔的對象則是阿難，所以此一則故事具足了四阿含經懺悔情節的第一個特徵要件：有懺悔的主體和接受懺悔的對象，然而，此則故事亦具足了其他 4 種懺悔情節的特徵，例如：此一比丘尼自見罪、發露罪行和犯罪動機並且承諾以後不再犯，而阿難則也接受了此一比丘尼的懺悔。有關於其他 4 種懺悔情節的特徵，將在之後的內容進行詳細描述。

關於接受懺悔的對象，在漢譯四阿含經中的時代背景為：佛陀還在人間，所以佛陀為接受懺悔的對象，此在全部漢譯四阿含經的懺悔中佔大多數；在《雜阿含經》中，其他種類型接受懺悔的對象還有阿難和比丘，此佔《雜阿含經》中為二例（例如：《雜阿含經》第 564 經和第 1108 經），其中，第 564 經已經在之前顯示原文，不在這裡重複贅述，而第 1108 經原文則會在之後第五個懺悔情節的特徵要件提到。

二、懺悔主體心理自見罪或自知罪

從《雜阿含經》第 830 經和其他一些經文當中，都可以發現，懺悔的主體必須在進行懺悔之前自見罪或自知罪，以下引用《雜阿含經》第 830 經：

迦葉氏白佛言：「時，世尊於崩伽闍聚落崩伽耆林中，為諸比丘說戒相應法，讚歎是戒。我爾時於世尊所，心得不忍、不歡喜，心不欣樂，而作是

¹¹ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《增支部經典》，CBETA 2024.R1, N20, no. 7, p. 245a6-11。

言：『是沙門極制是戒，讚歎是戒。』世尊！我今日自知罪悔，自見罪悔，唯願世尊受我悔過，哀愍故！」

佛告迦葉氏：「汝自知悔、愚癡、不善不辨，聞我為諸比丘說戒相應法，讚歎制戒，而於我所，不忍不喜，心不欣樂，而作是言：『是沙門極制是戒，極歎是戒。』汝今迦葉自知悔、自見悔已，於未來世，律儀戒生戒，今授汝，哀愍故。迦葉氏！如是悔者，善法增長，終不退減。所以者何？若有自知罪、自見罪而悔過者，於未來世，律儀戒生，善法增長，不退減故。」¹²

在《雜阿含經》第 830 經中，尊者迦葉氏之前在聽佛陀說佛法的時候心裡不高興、不歡喜與不能忍，於是脫口說出：「此沙門太嚴格了」，事後自知與自見有罪，並且向佛陀懺悔，從經文可以看出，此經文一樣有一個懺悔的人與接受懺悔的對象，懺悔者即是尊者迦葉氏，接受懺悔的對象即是佛陀，佛陀因為哀愍而接受尊者迦葉氏的懺悔，並且說明若自知與自見罪行而悔過者，於未來世律儀戒生戒，並且善法增長、終不退減。

而《雜阿含經》第 830 經的內容可以與《增支部》3 集 90 經的內容互相對照，原文如下：

其時，迦葉比丘即收牀坐、披衣、持鉢，向王舍〔城〕而去，次第來詣王舍〔城〕鷲峯山世尊所在處。詣已，問訊坐於一面，坐於一面之迦葉比丘，白世尊言：

「大德！一時，世尊住在崩伽闍，崩伽闍即是拘薩羅人邑。當世尊於彼處，以學處相應之法語示現、勸導、讚勵諸比丘時，我有不忍、不滿：『此沙門是極儉約。』時，世尊住崩伽闍已，而向王舍〔城〕之方遊行而去。大德！於世尊離去後不久，我即起惡作，作追悔：『嗚呼！於我有不利，嗚呼！於我並非有利。嗚呼！我之所行是可惡。嗚呼！我之所行並非有善。當世尊以學處相應之法語，示現、勸導、讚勵、慶喜諸比丘時，我有不忍、不滿：『此沙門是極儉約。』我何不往詣世尊所在處。詣已，於世尊座前，以犯為犯作懺悔。』大德！凡愚、迷惘、不善、違犯克服我。當世尊以學處相應之法語示現、勸導、讚勵、慶喜諸比丘時，我有不忍、不滿：『此沙門是極儉約。』大德！請世尊以我之過為過，為防禦當來，請容受。」

¹² 《雜阿含經》卷 30，CBETA 2023.Q1, T02, no. 99, p. 213a26-b11。

「迦葉！汝實犯凡愚之迷惘不善之過。當我以學處相應之法語，示現勸導、讚勵、慶喜諸比丘時，汝即謂：『此沙門極為儉約。』迦葉！又，汝即能知以犯為犯而如法懺謝故，我等可容受。迦葉！人若能知以過為過而如法懺謝，而為防禦當來，此於聖者之律是增事。」¹³

在《增支部》3集90經中，雖然懺悔的主體沒有說明自己自見罪或自知罪，但是佛陀說明迦葉比丘「知以犯為犯」、「知以過為過」，然而，懺悔的主體是否內心真正自見罪或自知罪？是否內心真正想要懺悔？是否真心覺得自己有做不好的事情？恐怕只有懺悔主體本人或是佛陀知道了，總之，內心或意業方面有自見罪或自知罪其實才是最重要的，若沒有自見罪或自知罪，懺悔可能只流於形式上的懺悔，而不是一個真正有效的懺悔。

三、懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機

從全部的漢譯四阿含經中可以發現，每每有懺悔的情節，懺悔的主體幾乎必定是要進行發露罪行與發露犯罪動機的動作，也就是詳細說明自己做了什麼罪行，也需要闡明自身因為什麼樣的心理狀態而去犯罪，這就是佛教中所謂的「發露」，且在初期佛教之中，犯罪一定要先從不覆藏罪行開始做起，以下舉《中阿含經》第194經一例作說明：

尊者跋陀和利白曰：「實爾。所以者何？世尊為比丘眾施設一坐食戒，諸比丘眾皆奉學戒及世尊境界諸微妙法，唯我說不堪任，從坐起去。所以者何？以不學具戒及世尊境界諸微妙法故。唯願世尊受我過失，我見過已，當自悔過，從今護之，不復更作。」¹⁴

在《中阿含經》第194經大品《跋陀和利經》中，尊者跋陀和利原本不想學習戒律和佛法，並且認為自己不堪任此一重任，而後在佛陀的勸說下，進行懺悔的動作，在此懺悔情節當中，尊者跋陀和利請求佛陀接受他的過失，而他自己也見罪與發露罪行（罪行：公開宣說自己不堪任學戒與學佛法），並且承諾從今以後保護諸根不再犯，佛陀則回應說明若能夠懺悔、見罪、發露罪行與從今以後保護諸根不再犯者，於佛法和律法中增長而不損減。

而《中阿含經》第94經也可以對應到《增壹阿含經》第49品放牛品第7經，以下引用原文：

¹³ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《增支部經典》，CBETA 2024.R1, N19, no. 7, pp. 338a14-339a14。

¹⁴ 《中阿含經》卷51，CBETA 2023.Q1, T01, no. 26, p. 747b20-26。

是時，阿難將跋提婆羅至世尊所，頭面禮足，並復白佛言：「唯然，世尊！聽我懺悔，自今已後，更不犯之。如來制禁戒，然我不受之，唯願垂恕。」如是再三。

是時，佛告曰：「聽汝悔過，後莫復犯。」¹⁵

此經文可以看出：跋提婆羅向佛陀發露罪行（罪行：不肯受佛陀的戒律），並且承諾以後不再犯，而佛陀也接受了跋提婆羅的懺悔，並囑咐跋提婆羅以後不要再犯。

《中阿含經》第 94 經和《增壹阿含經》第 49 品放牛品第 7 經對應到巴利三藏，則是《中部》65 經，以下引用原文：

〔跋陀利曰〕：「然也，師尊！師尊！過誤征服我，如是愚癡、如是昏迷、如是不善者〔征服我〕，即由世尊所制定學處，比丘眾受持學習時，我宣說：『不能力行。』師尊！為此，我對罪過〔確認〕是罪過，願世尊受〔我之懺悔〕，〔我〕將來〔必〕為防護。」

〔世尊曰〕：「跋陀利！確實也！過誤征服汝，如是愚癡、如是昏迷、如是不善〔征服汝〕，即由予所制定學處，比丘眾受持學習時，汝宣說不能力行。又，跋陀利！汝由過誤認出過誤，汝如法懺悔之，對此我等當容受汝。蓋，跋陀利！由過誤認出過誤，如法懺悔之，於將來謹慎防護，此實為繁榮於聖者之律也。」¹⁶

從經文可以看出，跋陀利也是一樣向佛陀進行懺悔，跋陀利自己確認自己的罪過是罪過，且發露罪行（罪行：公開宣說不能力行佛陀所制的戒）和犯罪動機（犯罪動機：愚癡、昏迷、不善），並承諾以後不再犯，佛陀則是接受了跋陀利的懺悔。

四、懺悔主體承諾以後不再犯

在《中阿含經》和《增壹阿含經》中，懺悔的情節與《雜阿含經》和《長阿含經》中主要不同之處是：懺悔的主體除了發露罪行和犯罪動機之外，也要承諾以後不要再犯相同罪行；懺悔的主體承諾以後不再犯，可以從《中阿含經》的第 20 經、第 24 經、第 162 經和第 194 經中看到，也可以從《增壹阿含經》第 11 品不逮品第 10 經、第 31 品增上品第 11 經、第 43 品馬血天子問八政品第 7 經、第

¹⁵ 《增壹阿含經》卷 47，CBETA 2024.R1, T02, no. 125, p. 801b20-24。

¹⁶ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《中部經典》，CBETA 2024.R1, N10, no. 5, pp. 205a08-206a1。

45 品馬王品第 1 經、第 49 品放牛品第 3 經和第 49 品放牛品第 7 經中看到，以下引用《中阿含經》第 162 經的例子：

說此法已，尊者弗迦邏娑利遠塵離垢，諸法法眼生。於是，尊者弗迦邏娑利見法得法，覺白淨法，斷疑度惑，更無餘尊，不復由他，無有猶豫，已住果證，於世尊法得無所畏，即從坐起，稽首佛足，白曰：「世尊！我悔過。善逝！我自首。如愚如癡，如不定，如不善解，不識良田，不能自知。所以者何？以我稱如來、無所著、等正覺為君也。唯願世尊聽我悔過，我悔過已，後不更作。」

世尊告曰：「比丘！汝實愚癡，汝實不定，汝不善解，謂稱如來、無所著、等正覺為君也。比丘！若汝能自悔過，見已發露，護不更作者，比丘！如是則於聖法、律中益而不損，謂能自悔過，見已發露，護不更作。」¹⁷

此則《中阿含經》第 162 經的故事大約的簡介為：有一天，佛陀來到一個陶師的陶屋，佛陀問陶師：是否可以住在陶師的陶屋一晚？陶師說：可以，但是已經有一個比丘出家人已經先住在裡面。而後佛陀進入陶師的住所以後遇到尊者弗迦邏娑利，尊者弗迦邏娑利不知道對方就是佛陀，於是稱呼佛陀為「君」，在佛陀為尊者弗迦邏娑利開示許多佛法之後，尊者弗迦邏娑利才發現對方是佛陀，於是向佛陀懺悔自己稱呼佛陀為「君」的罪行，尊者弗迦邏娑利在懺悔的時候也有發露罪行（罪行：稱呼佛陀為「君」）和犯罪動機（犯罪動機：愚癡、不定、不善解、不識良田、不能自知），並且承諾以後不再犯，佛陀則是開示：若能懺悔、見罪以後發露與未來不再犯，則於佛法和戒律益而不損。

而《中阿含經》第 162 經的內容可以與《中部》第 140 經的內容做對照，《中部》第 140 經的內容原文如下：

時，尊者弗區沙提：「我實遇〔見大〕師。我實遇見善逝。我實遇見正等覺者。」即從座起，衣〔露〕一肩，頭面頂禮世尊之足，而如是白世尊言：「世尊！大過落來於我，如愚者、如癡者、如不善者。此我若想起對世尊呼『友！』之語。然者，我為犯〔大〕罪過，請世尊攝受，而令防護未來。」

〔世尊曰：〕「比丘！〔大〕過實落來於汝。恰如愚者、如癡者、如不善者，若想起汝如何得呼我為『友！』之語。比丘！然，汝已見犯

¹⁷ 《中阿含經》卷 42，CBETA 2024.R1, T01, no. 26, p. 692b5-18。

〔大〕過，依如法改過，此，我對汝攝受。比丘！如何在聖者之律，有彼增益——彼已見犯〔大〕過，如法改過，入未來之防護者。」¹⁸

從經文可以看出，尊者弗區沙提在佛陀開示佛法之後，才發現佛陀是真正的佛陀，於是向佛陀進行懺悔，懺悔動作包括了：發露罪行（罪行：稱呼佛陀為「友」）和犯罪動機（犯罪動機：愚癡、不善）、且承諾防護未來不再犯，佛陀則是接受了尊者弗區沙提的懺悔，並說明尊者弗區沙提已經見到了自己的罪行並如法懺悔改過，則於戒律有所增益，並能在未來加以防護。

五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔

在《雜阿含經》第 1108 經中可以發現：接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，整個懺悔程序才算是和平結束，以下舉《雜阿含經》第 1108 經之原文作為例子：

比丘白佛：「此精舍中有二比丘爭起，一比丘罵，一者默然。時，罵比丘尋向悔謝，而彼不受。緣不受故，多人勸諫，故致大聲，高聲鬧亂。」

佛告比丘：「云何？比丘！愚癡之人，人向悔謝，不受其懺，若人懺而不受者，是愚癡人，長夜當得不饒益苦。」¹⁹

從《雜阿含經》第 1108 經中，敘述了兩位比丘的爭吵，一位比丘後來懺悔於另外一位比丘，而另外一位比丘仍然不接受其懺悔，於是大家開始高聲吵鬧，於是佛進行開示：若某甲向某乙懺悔，而某乙不接受其懺悔，則某乙是愚癡的人，長夜當得不饒益苦，從經中可以看出，懺悔的時候一樣有一個懺悔的主體和接受懺悔的對象，而接受懺悔的對象必須接受懺悔，此懺悔才算完成與和平結束；又《雜阿含經》第 1108 經可以對應到巴利三藏《相應部》11 相應第 24 經，以下引用原文：

〔爾時，世尊〕住舍衛城祇樹給孤獨園……

其時，又有二比丘爭議。

一比丘犯罪，另比丘以彼比丘當謝罪，彼比丘不許諾，因而起爭議。

時，甚多比丘來詣世尊處，禮敬世尊坐於一面，以此事白世尊：

「世尊！二比丘起爭；一比丘犯罪，另比丘以彼比丘當謝罪，彼比丘不許諾。」

¹⁸ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《中部經典》，CBETA 2024.R1, N12, no. 5, pp. 256a09-257a2。

¹⁹ 《雜阿含經》卷 40，CBETA 2022.Q4, T02, no. 99, p. 291b28-c13。

「諸比丘！於罪不見為罪之比丘，不許諾此如法以謝罪之比丘，兩者俱為愚者。」

諸比丘！於罪見為罪之比丘，如法以謝罪，比丘許諾於此，此兩具賢者。²⁰

總結上面引文的結論：若比丘於罪不見為罪，是愚者，若比丘不接受懺悔主體的懺悔，也是愚者；若比丘於罪見為罪，是賢者，若比丘接受懺悔主體的懺悔，也是賢者。此巴利三藏《相應部》11 相應第 24 經和《雜阿含經》第 1108 經可以相互對照，都在闡述一個概念：接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔。

六、其他議題探討

（一）接受懺悔的對象是當事人？又或者是第三者？

從漢譯四阿含經和巴利三藏中的一些故事都可以看到：每每有懺悔的情節，一定有一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象，而接受懺悔的對象也一定要接受懺悔主體的懺悔，才不會是愚癡和受苦的人；然而，接受懺悔的對象需不需要是當事人？簡單來說：接受懺悔的對象需不需要是受害者（即是當事人）？還是說接受懺悔的對象可以是第三者（非當事人）就好？從初期佛教的佛典當中，常常接受懺悔的對象即是佛陀，佛陀有時也是第三者的角色，而非受害者（而非當事人），以下將會針對這個議題進行詳細探討。

1. 接受懺悔的對象是第三者的例子

（1）《長阿含經》第 27 經《沙門果經》、《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經、《長部》2 經

在《長阿含經》第 27 經《沙門果經》中，懺悔的主體有身為國王的阿闍世王，而接受懺悔的對象為佛陀，此次接受懺悔的對象並不是阿闍世王的父親（即當事人、受害者），懺悔情節原文如下：

「爾時，阿闍世王即從坐起，頭面禮佛足，白佛言：「唯願世尊受我悔過，我為狂愚癡冥無識，我父摩竭瓶沙王以法治化，無有偏枉，而我迷惑五欲，實害父王，唯願世尊加哀慈愍，受我悔過。」

佛告王曰：「汝愚冥無識，但自悔過，汝迷於五欲乃害父王，今於賢聖法中能悔過者，即自饒益。吾愍汝故，受汝悔過。」²¹

²⁰ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《相應部經典》，CBETA 2024.R1, N13, no. 6, p. 404a7-13。

²¹ 《長阿含經》卷 17，CBETA 2023.Q1, T01, no. 1, p. 109b12-19。

從《長阿含經》第 27 經《沙門果經》中，可以看出懺悔的主體為阿闍世王，接受懺悔的對象為佛陀，而阿闍世王進行了發露罪行（罪行：害父王）和犯罪動機（動機：狂愚癡冥無識、迷惑五欲）的動作，佛陀也接受了阿闍世王的懺悔；此經的故事簡短說明如右：阿闍世王在壽命童子建議之下拜見佛陀世尊，阿闍世王在拜見佛陀世尊之後，決定向佛陀世尊進行懺悔，由於阿闍世王曾經害過他的父王，於是在《長阿含經》第 27 經向佛陀兩次進行懺悔，一次是親自去拜見佛陀的時候懺悔，一次是佛陀來到王宮，而後阿闍世王對佛陀懺悔前罪，而佛陀確實接受了阿闍世王的懺悔，並且開示若能於佛法中自己悔過的人，可以饒益自己；第二次在王宮向佛陀懺悔的原文如下：

爾時，世尊著衣持鉢，與眾弟子千二百五十人俱，往詣王宮，就座而坐。時，王手自斟酌，供佛及僧，食訖去鉢，行澡水畢，禮世尊足，白言：「我今再三悔過，我為狂愚癡冥無識，我父摩竭瓶沙王以法治化，無有偏枉，而我迷於五欲，實害父王，唯願世尊加哀慈愍，受我悔過。」

佛告王曰：「汝愚冥無識，迷於五欲，乃害父王，今於賢聖法中能悔過者，即自饒益。吾今愍汝，受汝悔過。」²²

從經文可以看出，阿闍世王第二次向佛陀懺悔自己殺父之罪，並且再三悔過，但是對照巴利三藏，並沒有「再三」的字眼，也就是懺悔的動作進行三遍這件事情，在巴利三藏中並無記載，所以筆者沒有把此特徵列入；此次懺悔一樣有一個懺悔的主體（阿闍世王）和接受懺悔的對象（佛陀），但是接受懺悔的對象並不是當事人（阿闍世王的父親），而阿闍世王進行了發露罪行（罪行：實害父王）和犯罪動機（動機：狂愚癡冥無識、迷惑五欲）的動作，佛陀也接受了阿闍世王的懺悔；而關於《長阿含經》第 27 經《沙門果經》也可以與《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經的內容進行對照，原文如下：

王白佛言：「我今以此譬喻於中受解，今日世尊重演其義。自今已後信受其義，唯願世尊受為弟子！自歸於佛、法、比丘僧。今復懺悔，如愚、如惑，父王無過而取害之，今以身命自歸，唯願世尊除其罪懃，演其妙法，長夜無為，如我自知所作罪報，無有善本。」

佛告王曰：「世有二種人無罪而命終，如屈伸臂頃，得生天上。云何為二？一者不造罪本而修其善，二者為罪，改其所造。是謂二人而取命終生於天上，亦無流滯。」²³

²² 《長阿含經》卷 17，CBETA 2024.R1, T01, no. 1, p. 109c6-14。

²³ 《增壹阿含經》卷 39，CBETA 2024.R1, T02, no. 125, p. 764a13-23。

從經文可以看出，阿闍世王先是皈依三寶，接著則是向佛陀懺悔殺父之罪，此次懺悔一樣有一個懺悔的主體（阿闍世王）和接受懺悔的對象（佛陀），但是接受懺悔的對象並不是當事人（阿闍世王的父親），而阿闍世王進行了發露罪行（罪行：父王無過而取害之）和犯罪動機（動機：如愚、如惑）的動作，佛陀也接受了阿闍世王的懺悔，而《長阿含經》第 27 經《沙門果經》和《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經也可以對照到巴利三藏《長部》2 經的內容，其原文如下：

時，世尊如是宣說已，摩揭陀國王韋提希子阿闍世，白世尊言：「殊勝哉！大德！殊勝哉！大德！猶如使倒者起、覆者顯現、示迷者以道、於黑暗中揭油燈、使有眼者見〔諸〕物，如是，世尊以種種方便說示法。大德！予今自歸依世尊，歸依法，歸依比丘僧。願世尊攝受予，自今以後，以至命終，歸依〔三寶〕為優婆塞。予如狂愚、如癡暗、如不善、受罪過所制伏，為獲得王位，予正弑殺父王。大德！請世尊受納，予確認罪過為罪過，於將來必自調御。」

〔世尊曰：〕「大王！實是狂愚、癡暗、不善、罪惡制伏卿，正弑殺卿之父王。然，大王！卿認罪過為罪過，依法懺悔故，對此，我當納受卿之懺悔。然，大王！若人認罪過為罪過，其如法懺悔者，以將來自調御，此乃聖者之律，繁盛之所以也。」²⁴

從經文可以看出，阿闍世王先是皈依三寶為優婆塞，接著則是向佛陀懺悔殺父之罪，此次懺悔一樣有一個懺悔的主體（阿闍世王）和接受懺悔的對象（佛陀），但是接受懺悔的對象並不是當事人（阿闍世王的父親），而阿闍世王進行了發露罪行（罪行：弑殺父王）與發露犯罪動機（動機：狂愚、癡暗、不善、受罪過所制伏、為了獲得王位）的動作，與《長阿含經》不同的是，在《長部》經典中，阿闍世王確認罪過為罪過（心理自見罪或自知罪），並且向佛陀承諾以後不再犯（於將來必自調御），佛陀也接受了阿闍世王的懺悔。

(2) 《雜阿含經》第 1138 經、《增壹阿含經》第 31 品增上品第 11 經、《相應部》16 相應第 6 經

接受懺悔的對象為第三者的例子，還有《雜阿含經》第 1138 經，原文如下：

時，二比丘前禮佛足，重白佛言：「悔過！世尊！悔過！善逝！我愚我癡，不善不辯，而共諍論。」

²⁴ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《長部經典》，CBETA 2024.R1, N06, no. 4, p. 95a2-11。

佛告二比丘：「實知罪悔過，愚癡，不善不辯，而共諍論。今已自知罪，自見罪，知見悔過，於未來世律儀戒生。我今受汝，憐愍故，令汝善法增長，終不退減。所以者何？若有自知罪，自見罪，知見悔過，於未來世律儀戒生，終不退減。」²⁵

在《雜阿含經》第 1138 經中，有兩位比丘在互相比較誰知道的佛法比較多、誰知道的佛法比較殊勝，後來兩位比丘向佛進行發露懺悔，而佛接受了兩位比丘的懺悔，也進行開示：若自知與自見罪行而悔過的人，未來世律儀戒生與善法增長，終不退減；從上引經文可以看出，兩位爭論的比丘對佛陀進行發露罪行（共諍論）與發露犯罪動機（愚癡、不善不辯），而佛陀說兩位比丘心理已經自知罪與自見罪，並且接受兩位比丘的懺悔；此次懺悔的主體為兩位比丘，接受懺悔的對象為佛陀，照理來說，接受懺悔的對象為當事人（即兩位比丘應該要向彼此對方進行懺悔），但是此次懺悔，兩位比丘卻是向第三者佛陀進行懺悔；而《雜阿含經》第 1138 經的內容也可以與《增壹阿含經》第 31 品增上品第 11 經的內容進行對照，引用原文如下：

是故，二比丘聞佛此語已，即從坐起，禮世尊足，而求悔過：「自今已後，更不復為，唯願世尊受其悔過。」

世尊告曰：「大法之中快得改過，自知有諍競之心，聽汝悔過。諸比丘！更莫復爾。如是，諸比丘！當作是學。」²⁶

在此經中，佛陀弟子目連和阿難在爭說兩人何者經唄較為優秀，佛陀於是勸化兩人，而後兩比丘對佛陀進行懺悔的動作，二比丘也求佛陀接受他們的懺悔，並且承諾不再犯，而佛陀在聽完兩人的懺悔之後，接受兩人的懺悔，並且囑咐他們不要再犯；而《雜阿含經》第 1138 經和《增壹阿含經》第 31 品增上品第 11 經也可以與《相應部》16 相應第 6 經進行對照，原文如下：

爾時彼等諸比丘，稽首世尊之足，白世尊言：「大德！我等本為闇愚，本為癡愚，本為不善，罪制伏我等。我等於如是善說之法、律出家，相互：『來，比丘！誰之所語較多耶？誰之所語較勝耶？誰之所語較長耶？』論議此卓越之事。大德！我等已知其為罪，以後當再不犯，望世尊攝受。」

²⁵ 《雜阿含經》卷 41，CBETA 2022.Q4, T02, no. 99, p. 300c14-22。

²⁶ 《增壹阿含經》卷 23，CBETA 2023.Q1, T02, no. 125, p. 673c4-9。

「諸比丘！實汝等本為闇愚，本為癡愚，本為不善、罪制伏汝等。汝等如是，於善說之法、律出家，相互：『且來，比丘！誰之所語較多耶？誰之所語較勝耶？誰之所語較長耶？』論議此卓越之事。諸比丘！汝等已見其罪，且如法懺悔，我對汝等之懺悔攝受。諸比丘！見罪為罪，如法懺悔，以後入於自制，乃於聖者之律有利益。」²⁷

從《相應部》的經文可以看出，懺悔的主體也是兩位比丘，接受懺悔的對象則為第三者佛陀（而非當事人：兩位比丘彼此），兩位比丘對佛發露罪行（罪行：共諍論誰的法語比較多？誰的法語比較殊勝？誰的法語比較長？）與發露犯罪動機（闇愚、癡愚、不善、罪制伏自己），兩位比丘心裡面也自知罪，並且向佛承諾以後不再犯，而佛陀則是接受了兩位比丘的懺悔，佛陀並且說明：人若如法懺悔，且以後不再犯，則對律儀有所利益。

2. 接受懺悔的對象一定要是當事人的例子：《中阿含經》第 24 經、《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經、《增支部》9 集 11 經

在《中阿含經》中，接受懺悔的對象一定要是當事人的例子，當屬《中阿含經》第 24 經舍梨子相應品師子吼經這個例子，這一則故事接受懺悔的對象是尊者舍梨子，原文如下：

於是，彼比丘即從坐起，稽首佛足，白世尊曰：「悔過，世尊！自首，善逝！如愚如癡，如不定，如不善。所以者何？謂我以虛妄言誣謗清淨梵行舍梨子比丘。世尊！我今悔過，願為受之，見已發露，後不更作。」

世尊告曰：「如是。比丘！汝實如愚如癡，如不定，如不善。所以者何？謂汝以虛妄言空無真實，誣謗清淨梵行舍梨子比丘。汝能悔過，見已發露，後不更作。若有悔過，見已發露，後不更作者，如是長養於聖法、律則不衰退。」

於是，佛告尊者舍梨子：「汝速受彼癡人悔過，莫令彼比丘即於汝前頭破七分。」

尊者舍梨子即為哀愍彼比丘故，便受悔過。²⁸

此則故事大約的內容為：有一比丘宣稱尊者舍梨子在去遊行人間前輕慢他，而後此一比丘良心發現，向佛和尊者舍梨子懺悔，在此懺悔情節中，比丘向非是當事

²⁷ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《相應部經典》，CBETA 2024.R1, N14, no. 6, p. 256a6-14。

²⁸ 《中阿含經》卷 5，CBETA 2023.Q1, T01, no. 26, p. 453c17-29。

人雙方的第三者佛陀進行懺悔的動作，而佛陀則請確實是當事人雙方之一的尊者舍梨子接受此一比丘的懺悔，懺悔才算和平結束，此一比丘頭破七分的惡果才不會出現；而懺悔的主體一樣也心理自見罪，並且進行發露罪行（罪行：我以虛妄言誣謗清淨梵行舍梨子比丘）與發露犯罪動機（動機：如愚如癡、如不定、如不善），而後承諾以後不再犯，佛陀則開示懺悔的主體若可以如法懺悔與以後都不再犯，可以長養於佛法、律法，而不衰退；但是與其他佛經故事的懺悔情節稍微不同的地方是，佛陀特地請確實是當事人雙方之一的尊者舍梨子要接受此一比丘的懺悔，否則此一比丘會有頭破裂的惡果。

《中阿含經》第 24 經舍梨子相應品師子吼經的內容也可以與《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經的內容進行對照，此則故事接受懺悔的對象也是比丘，在此經中，有一比丘誹謗舍利弗，而後比丘自知罪而向佛陀和舍利弗懺悔的故事，此一比丘前後向佛和舍利弗哀求受其懺悔，原文如下：

爾時，世尊告彼比丘：「汝今可自悔過。所以然者，若不悔者頭便破為七分。」

是時，彼比丘心懷恐怖，衣毛皆豎，即從坐起，禮如來足，白世尊言：「我今自知犯舍利弗，唯願世尊受我懺悔。」

世尊告曰：「汝比丘！自向舍利弗懺悔，若不爾者頭便為七分。」

是時，彼比丘即向舍利弗頭面禮足，白舍利弗言：「唯願受我懺悔，愚不別真。」

爾時，世尊告舍利弗：「汝今可受此比丘悔過，又以手摩頭。所以然者，若當不受此比丘懺悔者，頭破為七分。」

爾時，舍利弗以手摩頭，語比丘曰：「聽汝懺悔！如愚如惑，此佛法中極為曠大，能隨時悔過者，善哉！今受汝懺悔，後更莫犯。」如是再三。²⁹

在此經中，在這一位比丘向佛陀懺悔之後，佛陀於是請這一位比丘向舍利弗本人懺悔，否則頭破為七個部份，於是這一位比丘轉而向舍利弗求接受其懺悔，而佛陀指示舍利弗接受這一位比丘的懺悔與摸這一位比丘的頭，否則頭破為七分，舍利弗則接受這一位比丘的懺悔，並且以手摸頭，之後囑咐此位比丘以後不要再犯；此則故事懺悔的主體為比丘，接受懺悔的對象為佛（第三者）和舍利弗（當事人），佛陀說明：舍利弗一定要接受此一比丘的懺悔，此一比丘才不會有頭裂

²⁹ 《增壹阿含經》卷 30，CBETA 2023.Q1, T02, no. 125, p. 713b4-18。

為七個部份的後果，意即：接受懺悔的對象一定要是當事人，且當事人要接受懺悔主體的懺悔，整個懺悔程序才算是和平完成。又，《中阿含經》第 24 經舍梨子相應品師子吼經和《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經，也可以與《增支部》9 集 11 經的內容進行對照，下引原文：

時，彼比丘即從座而起，偏袒上衣，以頭面禮世尊之足，白世尊言：「大德！我過錯猶如愚者、癡者、不善者，我以非有、無根、虛妄、不實而誹謗具壽舍利弗。大德！世尊，以我過失為過失而受，以攝未來。」

「比丘！汝過錯實猶如愚者、癡者、不善者，汝以非有、無根、虛妄、不實而誹謗舍利弗。比丘！汝以過失為過失而見，如法懺悔，故我等受此。比丘！增長聖者之律，以過失為過失而見，如法懺悔，資攝未來。」

時，世尊告具壽舍利弗言：「舍利弗！容此癡人，於其處勿令頭〔破〕七分。」

「大德！若此具壽對我言：『具壽，容我！』者，則我當容此具壽。」³⁰

從經文可以看出，此比丘先向佛陀進行懺悔，此比丘先是知道自己有過失，接著發露罪行（罪行：以非有、無根、虛妄、不實而誹謗具壽舍利弗）與發露犯罪動機（動機：如愚者、癡者、不善），並且希冀未來不再犯，而佛陀接受了此比丘的懺悔，但是僅此這樣還不夠，佛陀向當事人的舍利弗（受害人）說明：必須要接受此一比丘（加害人）的懺悔，此一比丘（加害人）才不會有頭裂的果報，而舍利弗（受害人）則說明：若此一比丘求自己接受懺悔，則自己也會接受此一比丘的懺悔。

3. 筆者的推論

從上述引用漢譯四阿含經和巴利三藏中的懺悔情節，可以發現，在懺悔的時候，一定有一個懺悔的主體和有一個接受懺悔的對象，懺悔的主體從出家人、在家人、國王、一般老百姓、婆羅門、非人阿修羅皆有，但以出家人佔大多數；而接受懺悔的對象，由於漢譯四阿含經的時代背景為佛陀還在人間，所以接受懺悔的對象以佛陀佔大多數，然而也有其他種類，例如：阿難、一般的出家比丘或出家人。

³⁰ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《增支部經典》，CBETA 2024.R1, N24, no. 7, pp. 30a12-31a6。

值得一提的是，有時接受懺悔的對象不一定是當事人，而是第三者，例如在《雜阿含經》第 1138 經、《增壹阿含經》第 31 品增上品第 11 經和《相應部》16 相應第 6 經中，有兩位比丘在互相比較誰知道的佛法比較多、誰知道的佛法比較殊勝，後來兩位比丘向佛（佛即是第三者，非當事人）進行發露懺悔，而佛接受了兩位比丘的懺悔，也進行開示。

而在《長阿含經》第 27 經《沙門果經》、《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經和《長部》2 經的內容當中，佛陀也接受了阿闍世王的懺悔，而這個接受懺悔的對象不是當事人（當事人也就是阿闍世王的爸爸），而是第三者（第三者也就是佛陀），阿闍世王對佛陀懺悔殺父的罪業，表示若接受懺悔的對象不是當事人，也是可以的。

然而，不確定的是，若這個第三者不是佛陀，這樣懺悔程序是否算是順利完成？在《中阿含經》第 24 經、《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經和《增支部》9 集 11 經中，可以發現，接受懺悔的人一定要是事發當事人，其一定要接受懺悔，犯罪的人才不會有惡果產生，而僅僅非是當事人雙方的第三者佛陀接受懺悔，則無效，此三個經典的故事描述了：某比丘誹謗另一名比丘，後來某比丘良心發現，所以欲向佛陀懺悔，但佛陀解釋說明：必須要是當事人接受懺悔，才不會有頭破七分的惡果，僅僅向第三者的佛陀懺悔，則無效。

為什麼有的時候僅僅是第三者接受懺悔主體的懺悔就可以？（例如：《長阿含經》第 27 經《沙門果經》、《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經和《長部》2 經），有的時候僅僅是第三者接受懺悔主體的懺悔就不行，當事人也一定要接受懺悔主體的懺悔才可以？（例如：《中阿含經》第 24 經、《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經和《增支部》9 集 11 經）；以筆者的推論，若是罪行屬於殺生，由於當事人（受害者）已經被殺，所以已經不在人世間，所以可以向第三者進行懺悔，例如：《長阿含經》第 27 經《沙門果經》、《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經和《長部》2 經的例子；但是若是當事人（受害者）仍然在世間，則除了向第三者進行懺悔之外，也要對當事人（受害者）進行懺悔，才不會有頭裂的果報，例如：《中阿含經》第 24 經、《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經和《增支部》9 集 11 經的例子。

（二）總表整理

由於上列的引文和上述筆者的說明內容十分繁雜且內容很長，所以把其列為總表做一個整理，讓讀者容易閱讀，整理總表格如下：

表 1：四阿含經懺悔情節的特徵要件總整理表格

擺放在本論文的段落	所具備懺悔情節的特徵要件	所對應之漢譯四阿含經 & 巴利三藏	內容簡介
一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象	一、二、三、四、五	《雜阿含經》第 564 經 & 《增支部》4 集 159 經	比丘尼起了欲心，而後向阿難懺悔的故事。
二、懺悔主體心理自見罪或自知罪	一、二、三、四、五	《雜阿含經》第 830 經 & 《增支部》3 集 90 經	迦葉氏說：「此沙門（即佛陀）太嚴格了」，而後向佛陀懺悔
三、懺悔主體發露罪行和犯罪動機	一、二、三、四、五	《中阿含經》第 194 經、《增壹阿含經》第 49 品放牛品第 7 經 & 《中部》65 經	跋陀和利公開宣說自己不堪任學戒與學佛法，而後向佛陀懺悔。
四、懺悔主體承諾以後不再犯	一、二、三、四、五	《中阿含經》第 162 經 & 《中部》140 經	弗迦邏娑利稱呼佛陀為朋友，而後向佛陀懺悔。
五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔	一、二、五	《雜阿含經》第 1108 經 & 《相應部》11 相應第 24 經	若不接受懺悔主體的懺悔，是愚癡的人。
六、其他議題探討：接受懺悔的對象可以是第三者	一、二、三、四、五	《長阿含經》第 27 經沙門果經、《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 7 經 & 《長部》2 經	阿闍世王殺父之罪，向佛陀進行懺悔
六、其他議題探討：接受懺悔的對象可以是第三者	一、二、三、四、五	《雜阿含經》第 1138 經、《增壹阿含經》第 31 品增上品第 11 經 & 《相應部》16 相應第 6 經	兩位比丘在爭論誰說的話比較殊勝，而後佛陀接受兩位比丘的懺悔
六、其他議題探討：接受懺悔的對象一定要是當事人。	一、二、三、四、五	《中阿含經》第 24 經、《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經 & 《增支部》9 集 11 經	一比丘誹謗另一位比丘，佛陀說明：接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，否則懺悔主體有頭裂的果報。

第三節 初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式

接下來在本章第二章第三節和第四節，筆者要探討的是初期佛教出家人和在家人的戒罪及其懺悔方式，其實，筆者先簡易將人分為三種類型的人：第一種類型的人是未犯罪的狀態，無論是佛教中的戒罪或是法律中的罪行，皆沒有違反，呈現一種清淨的狀態，若是沒有違犯佛教中的戒罪，則是嚴守持戒的狀態；第二種類型的人則是沒有受過佛教戒律的人，這樣的人由於沒有受過戒，則不會有戒罪產生，而所犯的罪可能只是小過錯，犯的大罪則是法律上的罪又或者是本質上的罪（例如：傷害他人、侵犯他人等）；第三種類型的人則是有受過佛教戒律的人所犯的罪，由於第三種類型的人受過戒，所以這種人在犯罪時，就有戒罪的產生，而受過戒的人又分為出家人和在家人，以下第三節和第四節將聚焦在初期佛教出家人和在家人的戒罪及其懺悔方式。

一、出家人的布薩

布薩的梵文為 *upasad* 或 *upavasatha*，巴利文為 *uposatha*。梵文 *upasad* 根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，有「恭敬地接近」、「敬拜」的意思³¹，梵文 *upavasatha* 根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，是印度教的一種祭祀儀式³²；巴利文 *uposatha* 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，有「布薩」、「齋戒日」的意思³³。關於布薩的起源，在《四分律》、《摩訶僧祇律》和《十誦律》皆有記載，根據《四分律》記載：

爾時佛在羅閱城。時城中諸外道梵志，月三時集會：月八日、十四日、十五日，眾人大集來往周旋，共為知友給與飲食，極相愛念經日供養。時瓶沙王在閣堂上，遙見大眾往詣梵志聚會處，即便問左右人言：「今此諸人，為欲何所至？」答言：「王今知之，此城中梵志，月三集會，八日、十四日、十五日，眾人來往周旋，共為知友給與飲食，極相愛念，是故眾人往詣梵志聚集處。」時瓶沙王即下閣堂，往詣世尊所，頭面禮足已在一面坐，白佛言：「今此羅閱城中諸梵志，月三時集會：八日、十四日、十五日，周旋往返共為知友給與飲食。善哉世尊！今勅諸比丘，令月三時集會：八日、十四日、十五日，亦當使眾人周旋往來，共為知友給與飲食。我及群臣亦當來集。」時世尊默然受王瓶沙語。王見世尊默然受語已，即

³¹ *Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899*, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/01/18)

³² *Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899*, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/01/18)

³³ *Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=uposatha&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

從座起頭面禮足遠已而去。時世尊以此因緣集比丘僧，告言：「今此羅閱城中諸梵志，月三時會：八日、十四日、十五日，共相往來周旋，共為知友給與飲食極相愛念。汝亦月三時會：八日、十四日、十五日集，亦使眾人來往周旋，共為知友給與飲食。瓶沙王及群臣亦當來集。」答言：「如是。世尊！」³⁴

從上文可知，當時外道在每月的八日、十四日和十五日集會舉行布薩，與信徒互動並接受信徒的供養，佛陀在瓶沙王的勸請後，規定佛教的比丘們也要舉行布薩。

根據《摩訶僧祇律》的記載：

布薩法者，佛住王舍城，廣說如上。爾時九十六種出家人皆作布薩，時比丘不作布薩，為世人所嫌：「云何九十六種出家人皆作布薩，而沙門釋子不作布薩？」諸比丘以是因緣往白世尊。佛告諸比丘：「正應為世人所嫌。從今日後應作布薩。」³⁵

從上文可知，當時 96 種外道都有布薩制度，而佛教沒有布薩制度，因而受到世人所嫌，因此，釋迦牟尼佛決定開始設立布薩制度，這就是布薩制度的由來。

根據《十誦律》記載：

佛在王舍城，是時世尊未聽諸比丘布薩、未聽布薩羯磨、未聽說波羅提木叉、未聽會坐。爾時異道梵志問諸比丘：「汝有布薩、布薩羯磨、說波羅提木叉會坐不？」答言：「不作。」異道梵志嫉妬譏嫌責數言：「餘沙門、婆羅門，尚有布薩、布薩羯磨、說波羅提木叉會坐。汝諸沙門釋子自稱：『善好有德。』而不作布薩、布薩羯磨、說波羅提木叉會坐。」有諸比丘少欲知足行頭陀，聞是事心慚愧，以是事具白佛。佛以是因緣集僧，集僧已，佛語諸比丘：「從今聽作布薩、布薩羯磨、說波羅提木叉會坐，如我結戒，半月半月應說波羅提木叉。」³⁶

從上文可知，有外道修梵行的修行人嫉妒、譏嫌與責備佛教的比丘們沒有做布薩，於是佛教僧團中有修頭陀行的比丘把這個事情的狀況告訴了佛陀本人，佛陀因而召集僧團大眾開始行布薩制度，並每半個月說波羅提木叉。

總體而言，佛教之所以有布薩制度，主要是因為外道的影響而設立的，但是佛教布薩制度舉辦的活動和內容，卻與外道布薩制度舉辦的活動和內容有著很大

³⁴ 《四分律》卷 35，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428, p. 816c6-29。

³⁵ 《摩訶僧祇律》卷 27，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1425, p. 446c7-12。

³⁶ 《十誦律》卷 22，CBETA 2023.Q4, T23, no. 1435, p. 158a6-17。

的不同，筆者根據歸納羅因 2002 年在《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》的論文〈佛教布薩制度的研究〉內容歸納出：「出家人的布薩活動項目又分為說法、誦戒和自恣」³⁷，詳述以下：

（一）說法

1. 說法的日期：每一個月八日和十四日

關於出家人布薩的說法日期，根據《彌沙塞部和醯五分律》的記載：

佛既聽布薩說戒，諸比丘便日日布薩。以是白佛，佛言：「不應爾！」
諸比丘復二日、三日或五日一布薩。以是白佛，佛言：「亦不應爾！聽月八日、十四日說法，十五日布薩。」³⁸

從上文可知，佛教僧團比丘們曾經是每天都要布薩，佛陀則說不應該每天都布薩，之後，僧團又改成每隔 2 日、3 日或 5 日做一布薩，佛陀也說不應該這樣，而是應該在每一個月的 8 日和 14 日說法，而在每一個月的 15 日進行布薩。

2. 說法的主體和說法的對象

關於說法的主體，羅因 2002 年的論文〈佛教布薩制度的研究〉：「說法的主體應為學戒比丘一人，而此學戒比丘必須具備口才好、身心完具和能背誦契經等三個條件」³⁹，在《彌沙塞部和醯五分律》也有這樣的記載：

諸比丘便合聲讚歎三寶，以是白佛，佛言：「不應爾！聽請一人。」
諸比丘請破戒、破見比丘，因此得勢。以是白佛，佛言：「不應爾！應請學戒者。」
諸比丘復請睜眼諸病比丘，毀辱眾僧者。以是白佛，佛言：「不應爾！應請諸根具足，成就記論，持阿含者。」⁴⁰

從上文可知，說法的主體只能夠是一個人，而不是僧團一起說法，並且須具備學戒、無破戒和無破見的條件，諸根具足而沒有現今所定義的身心障礙也是必須具備的條件，能背誦契經和阿含經的條件亦是須具備的條件之一。

關於說法的對象，在每一個月 8 日和 14 日，出家人必須向在家人進行說法，也就是說，出家人是說法的主體，在家人則是說法的對象或聽法的主體。

³⁷ 內容詳見：羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，2002 年，頁 412 到頁 421。

³⁸ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 18，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 121b19-22。

³⁹ 羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，2002 年，頁 415。

⁴⁰ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 18，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 121b24-c1。

3. 說法的內容

關於出家人說法的內容，根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 18：『諸比丘不知應說何法，以是白佛，佛言：「應讚歎三寶、念處、正勤、神足、根、力、覺、道。為諸施主讚歎諸天」』⁴¹，又根據《四分律》卷 35：

時諸比丘受教已，月三時集：八日、十四日、十五日，時大眾集周旋往來，共為知友給與飲食。王瓶沙亦復將諸群臣大眾來集。時諸比丘來集已，各各默然而坐，諸長者白諸比丘言：「我等欲聞說法。」諸比丘不敢說，以此事白佛，佛言：「聽汝等與說法。」既聽已，不知當說何法。佛言：「自今已去，聽說契經」⁴²

從上文可知，出家人對在家人說法的內容應為：讚歎三寶、三十七道品、讚嘆諸天和契經，契經即是《雜阿含經》的內容，又根據羅因 2002 年的論文〈佛教布薩制度的研究〉，其指出：

在上引《別譯雜阿含經》的經文中，顯示佛陀與在家弟子說法，都是先說施論、戒論、生天論，說諸欲不淨，勸導在家弟子追求生天、出離。待弟子心意清淨，堪受出世間法時，才跟他(她)們說苦、集、滅、道等「四諦」法。可見，佛陀指示比丘們在布薩日說法，除了說三十七道品的出家法之外，又說生天的善法，這與佛陀說法的次第是完全相合的。⁴³

從上文可知，佛陀向在家弟子說法的次第為何？首先，會先勸導在家弟子追求生天和出離作為基礎，接著，在家弟子若堪受，才會再跟在家弟子講出世間法的四諦法和三十七道品，總結來說：佛陀對在家人說法的次第與出家人在布薩時對在家人說法的次第相同。

(二) 誦戒與懺悔

1. 誦戒與懺悔的日期：每一個月初一和十五日

關於誦戒與懺悔的日期，根據巴利律《犍度》記載：

諸比丘！此處，其住處比丘以初日、客〔比丘〕以十五日行〔布薩〕。…
諸比丘！此處，其住處比丘以十五日、客〔比丘〕以初日行〔布薩〕。⁴⁴

⁴¹ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 18，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 121b22-24。

⁴² 《四分律》卷 35，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428, pp. 816c29-817a7。

⁴³ 羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，2002 年，頁 415。

⁴⁴ 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版)，《犍度》，CBETA 2023.Q4, N03, no. 2, p. 176a2-10。

從上文可知：若住在當地的比丘以每一個月初一行布薩，則客座比丘以每一個月的十五日行布薩，若住在當地的比丘以每一個月十五日行布薩，則客座比丘以每一個月初一行布薩。

又《四分律》卷 46 記載：

彼行覆藏者，不半月半月說戒時白，佛言：「聽白。若不白，失一夜，得突吉羅罪。有八事失夜：往餘寺不白、有客比丘來不白、有緣事自出外不白、寺內徐行者不白、病不遣信白、二三人共一屋宿、在無比丘處住、不半月半月說戒時白，是為八事失夜。佛聽半月半月說戒時白，應如是白。彼行覆藏者應至僧中，偏露右肩、脫革屣、右膝著地，合掌白言：『大德僧聽！我某甲比丘犯僧殘罪覆藏。我某甲比丘隨覆藏日，從僧乞覆藏日羯磨，僧已與我隨覆藏日羯磨。我某甲比丘，已行若干日，未行若干日。白大德令知我行覆藏。』」⁴⁵

從上文可知：覆藏罪行的人，因為八種原因而覆藏罪行一夜，這八種原因分別是：「前往其他寺院而不坦白、有客比丘來訪而不坦白、有事出外而不坦白、佛寺內慢步而不坦白、生病而不寫信坦白、兩三人共住一個屋子、在無比丘的地方住、不半月半月說戒時坦白」，而這樣覆藏罪行一夜的人，得突吉羅罪（突吉羅罪為出家人輕罪的一種）。覆藏罪行的人也應該至僧中偏露右肩、不穿鞋子、右膝著地與合掌，並且向大家坦白地承認自己覆藏罪行，而向僧中乞求「覆藏羯磨」，僧向其行「覆藏羯磨」後，也須告知自己行了多少天的羯磨和還未行多少天的羯磨。可以見得，半月半月說戒時，出家人確實有被規定要進行坦白與懺悔的程序。

從《十誦律》卷 56 也有這樣的記載：

布薩法者，半月半月諸比丘和合一處，自籌量身：「晝作何罪？夜作何罪？從前說戒以來，將不作罪耶？」若有罪，當向同心淨戒比丘如法懺悔。若不得同心淨戒比丘，當生心：「我後得同心淨戒比丘，當如法懺悔。」問：「何以故佛聽作布薩？」答：「令諸比丘安住善法中捨離不善，離不善法得清淨故。」是名布薩法。⁴⁶

從上文可知：布薩法為半月半月將諸比丘聚集在一個地方，並且諸比丘都要自我反省：「白天做了什麼罪？晚上做了什麼罪？從前說戒以來，未來將不再犯罪嗎？」若有罪，則應當向持淨戒的比丘如法懺悔，若到場沒有持淨戒的比丘，則

⁴⁵ 《四分律》卷 46，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428, pp. 905c18-906a1。

⁴⁶ 《十誦律》卷 56，CBETA 2023.Q4, T23, no. 1435, pp. 414c23-415a1。

應當在內心思考：「我若以後遇到持淨戒的比丘，則應當向其如法懺悔」，而佛為什麼要做「布薩」？也就是為了讓諸比丘能夠安住善法、捨離不善，離不善法則能得清淨。可以見得，半月半月的布薩確實有誦戒與懺悔的程序。

2. 誦戒的主體和對象、懺悔的主體和對象

關於誦戒的主體和對象，根據巴利律《犍度》記載：

時，世尊凌晨之時，從宴默起依此因緣，于此時機說法，告諸比丘曰：「諸比丘！今我靜居宴默，心生思念：『我為諸比丘制定學處，我當許誦此為波羅提木叉，以此為布薩羯磨。』諸比丘！許誦波羅提木叉。

諸比丘！誦時應如此行之：聰明賢能比丘應告僧伽言：『諸大德！請聽我言！今日十五日布薩也。若僧伽機熟者，僧伽當行布薩，誦波羅提木叉。何為僧伽最初行事耶？具壽等應告已清淨矣，我應誦波羅提木叉，我等全體一一于此處作意諦聽之。有罪者應發露，無罪者靜默。諸具壽靜默故，我知清淨。正如每一問即有一答，于似此會眾中亦如是唱言三次。唱言三次已，比丘憶念有罪而不發露者，即故妄語也。故犯妄語者，諸具壽！是世尊所言障法。故已犯罪比丘，憶念而欲清淨者，應發露之。若發露已，即得安穩。』⁴⁷

從上文可知，誦戒的主體即是一聰明賢能的比丘，此一比丘在誦戒的時候，會對僧團所有人問三次是否犯戒，若有犯罪，則需要發露懺悔，若沒有犯罪，則靜默，也可以看出，誦戒的對象即是僧團所有人，又《彌沙塞部和醯五分律》卷 18 也有記載：

應一知法比丘，若上座、若上座等，說言：「大德僧聽！今十五日布薩說戒，僧一心作布薩說戒。若僧時到僧忍聽。白如是。」

「諸大德！今布薩說波羅提木叉，一切共聽，善思念之。若有罪應發露，無罪者默然。默然故，當知我及諸大德清淨；如聖默然，我及諸大德亦如是。若比丘如是眾中，乃至三唱，憶有罪不發露，得故妄語罪。故妄語罪，佛說遮道法，發露者得安樂。」⁴⁸

從上文可知，誦戒的主體即是一位知法的比丘，此一比丘在誦戒的時候，也會對誦戒的對象（即僧團所有人）問三次是否犯戒，若有犯罪即是需要懺悔，若沒有犯罪則靜默，又《四分律》卷 35 也有這樣的記載：

⁴⁷ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《犍度》，CBETA 2023.Q4, N03, no. 2, pp. 136a12-137a4。

⁴⁸ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 18，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 122a6-14。

爾時世尊在閑靜處思惟，作是念言：「我與諸比丘結戒，說波羅提木叉，中有信心新受戒比丘，未得聞戒，不知當云何學戒。我今寧可聽諸比丘集在一處說波羅提木叉戒。」爾時世尊從靜處出，以此因緣集諸比丘，告言：「我向者在靜處思惟，心念言：『我與諸比丘結戒，及說波羅提木叉戒。有信心新受戒比丘，未得聞戒，不知當云何學戒。』復自念言：『我今寧可聽諸比丘集在一處說波羅提木叉。』以是故聽諸比丘，共集在一處說波羅提木叉戒。作如是說：『諸大德！我今欲說波羅提木叉戒。汝等諦聽！善心念之。若自知有犯者，即應自懺悔，不犯者默然。默然者，知諸大德清淨。若有他問者，亦如是答。如是比丘，在眾中乃至三問，憶念有罪不懺悔者，得故妄語罪。故妄語者，佛說障道法。若彼比丘憶念有罪，欲求清淨者應懺悔，懺悔得安樂。』」⁴⁹

從上文可知，清淨比丘向僧眾問三次是否犯戒，若有犯者則要懺悔，不犯者則默然，可以見得，誦戒的主體是一位清淨比丘，誦戒的對象則是僧眾，而布薩確實有誦戒和懺悔的程序。

反過來說，關於懺悔的主體，是有犯罪或犯戒的出家人，懺悔的對象即是至少一位比丘或是多位比丘，視戒罪的種類而定，筆者將在「出家人不同罪行的懺悔方式」這一個段落進行詳細說明。

3. 誦戒與懺悔的內容

關於誦戒的內容，「戒」即是「波羅提木叉」，梵文叫做 *pratimokṣa*，根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，*prati* 有「每一個、個別」的意思⁵⁰，*mokṣa* 則有「解脫」的意思⁵¹，所以「波羅提木叉」有「別解脫」的意思，而戒律即是能導向解脫的一種方式，而引申有戒律的意思。

關於懺悔的內容，視戒罪的種類而定，筆者也將在第二章「初期佛教的懺悔」裡面第三節「初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式」中標題二：「出家人不同罪行的懺悔方式」這一個段落進行詳細說明，而懺悔的流程，則大約如筆者在第二章第二節「四阿含經懺悔情節的特徵要件」中所提到，分別是：一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象，二、懺悔的主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔的主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔的主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔。

⁴⁹ 《四分律》卷 35，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428, p. 817b22-c11。

⁵⁰ *Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899*, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/02/18)

⁵¹ *Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899*, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/02/18)

(三) 自恣

1. 自恣的時機和日期

關於自恣的定義，根據羅因 2002 年的論文〈佛教布薩制度的研究〉指出：「所謂『自恣』就是請求他人指出自己的過惡，只要是別人所見、所聞或是所疑的，都可以指出來，以便自己能夠去除過患」⁵²，可以見得，自恣即是請求他人指出自己的缺點和過惡。

關於自恣的時機，根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 有這樣的記載：「佛種種訶責已，告諸比丘：『若有比丘犯罪，應先問言：『我欲誨汝，汝聽我不？』言聽則誨，不聽則已；若不聽，犯突吉羅罪。』」⁵³，可以見得，若某乙比丘犯罪，某甲比丘要先問某乙比丘：「我要教誨與指責你，你是否會聽我的話？」，若某乙比丘同意且願意聽，則某甲比丘可以開始進行自恣，若某乙比丘不同意，則某甲比丘便不行自恣，再者，若某甲比丘在自恣的同時，某乙比丘不聽某甲比丘的自恣與教誨，則某乙比丘犯突吉羅罪（出家人輕罪的一種）。

關於自恣的日期，根據巴利律《犍度》記載：

時，諸比丘心生思念：「自恣〔日〕有幾何耶？」彼等以此事白世尊，〔世尊曰：〕「諸比丘！自恣有二〔日〕，十四日與十五日也。諸比丘！如此自恣有二〔日〕。」⁵⁴

在《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版）中可以看出，自恣日有兩日，且是在每個月的十四日和十五日舉行，又根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 的記載：

時諸比丘作是念：「世尊教我等自恣，應共奉行。」便日日自恣，或二日、三日至五日一自恣。以是白佛，佛言：「不應爾！應夏三月最後日自恣。」⁵⁵

在《五分律》中可以看出，每天自恣、每兩天一次自恣、每三天一次自恣或每五天一次自恣，都不是正確的作法，佛說應該是為期三個月結夏安居的最後一天進行自恣，又根據《四分律》卷 37 的記載：「時諸比丘，欲十四日十五日自恣，佛言：『聽如是自恣，若王改日時應隨時。』」⁵⁶，可見得若當時的國王有改變自恣的日期，應隨改變後的日期進行自恣，又《十誦律》卷 23 也有這樣的記載：

⁵² 羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，2002 年，頁 419。

⁵³ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 131a13-16。

⁵⁴ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《犍度》，CBETA 2023.Q4, N03, no. 2, pp. 216a14-217a2。

⁵⁵ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 131b8-11。

⁵⁶ 《四分律》卷 37，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428, p. 837b1-3。

「舊比丘十四日多，客比丘十五日少，客比丘應隨舊比丘，是日應自恣。舊比丘十四日少，客比丘十五日多，舊比丘應隨客比丘，是日不應自恣。舊比丘十五日多，客比丘初日少，客比丘應隨舊比丘，是日更自恣。舊比丘十五日少，客比丘初日多，舊比丘應隨客比丘出界作自恣。若客比丘十四日多，舊比丘十五日少，舊比丘應隨客比丘，是日應自恣。客比丘十四日少，舊比丘十五日多，客比丘應隨舊比丘，是日不應自恣。客比丘十五日多，舊比丘初日少，舊比丘應隨客比丘，是日更自恣。客比丘十五日少，舊比丘初日多，客比丘應隨舊比丘出界作自恣。」⁵⁷

從上文可知，比丘也能夠在每一個月的初一、十四和十五日進行自恣。

綜上所述，自恣的時機為：必須犯罪本人同意進行自恣，才能自恣。而關於自恣的日期，為每一個月初一、十四日或十五日舉行，又根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 的記載：「諸比丘自恣竟，復更布薩。以是白佛，佛言：『自恣羯磨，亦名布薩。』」⁵⁸，意即，自恣羯磨也是布薩的一種，而羅因的論文〈佛教布薩制度的研究〉也指出：「常規性的自恣則是與布薩連在一起的」⁵⁹，而自恣的日期根據一手文獻的記載，又與布薩的日期相重疊，可以見得自恣確實有可能與布薩連在一起舉行，但根據《四分律》的記載，若當時的國王改變自恣的日期，自恣的日期也要隨之變動，又根據《五分律》的記載，自恣也可以在為期三個月結夏安居的最後一天舉行。

2. 自恣的主體和自恣的對象

關於自恣的對象，也就是舉罪人，其道德條件有一定的標準，根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 記載：

佛種種訶責已，告諸比丘：「若成就五法，不應問聽說罪：無慚愧、愚癡、少聞、自不如法、苟彰人惡。若有慚愧、多聞、智慧、自如法、實欲使人離惡，乃應問聽說罪。」⁶⁰

佛說若有五種條件，則不應該當舉罪人，此五種條件分別是無慚愧、愚癡、少聞、自己不如法、隨便彰顯他人的缺點或惡處，而具備有五種條件：有慚愧、多聞、有智慧、自己如法、確實想使別人離惡的人，則可以當舉罪人；又《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 也有這樣的記載：

⁵⁷ 《十誦律》卷 23，CBETA 2023.Q4, T23, no. 1435, p. 168b13-25。

⁵⁸ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 131c17-18。

⁵⁹ 羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，2002 年，頁 421。

⁶⁰ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 131a21-25。

諸比丘便於比丘尼、式叉摩那、沙彌、沙彌尼前自恣，若白衣、外道、狂心、亂心、病壞心、被舉、滅擯、異見人前自恣。以是白佛，佛言：「不應爾！應在如法比丘眾中自恣。」⁶¹

從上文可以知道：比丘若在在家人、外道、狂心人、亂新人、病壞心人、被舉罪人、被滅殯人、異見人前進行自恣，則不應該這麼做；簡而言之，關於自恣的對象（也就是舉罪人），必須具備有一定程度的道德，包括：有慚愧、多聞、有智慧、自己如法、確實想使別人離惡，且此人不得為在家人、外道、狂心人、亂新人、病壞心人、被舉罪人、被滅殯人、異見人。

關於自恣的主體，則是被舉罪的一方，只要是犯罪的人，且此犯罪人同意舉罪人進行舉罪，則可以是自恣的主體。

3. 自恣的內容

關於自恣的內容，被舉罪人必須先同意舉罪人進行舉罪，自恣才能進行，而被舉罪人在自恣以後也必須發露罪行（說罪）與懺悔，根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 記載：

佛告諸比丘：「從今以十利故，為諸比丘作自恣法。應求僧自恣說罪言：『諸大德！若見我罪，若聞我罪，若疑我罪，憐愍故自恣說，我當見罪悔過。』如是三說。」⁶²

從上文可知，被舉罪人向舉罪人重複三遍說：「你若見到我犯罪、你若聽聞到我犯罪、你若懷疑我犯罪，則應當憐憫我進行自恣，我當見罪悔過」，又《四分律》卷 37 也有這樣的記載：

佛言：「不應反抄衣、纏頸、裹頭、通肩、披衣、著革屣、若地坐、若床上坐自恣。自今已去，聽諸比丘偏露右肩、脫革屣、胡跪合掌，作如是語：『大德眾僧今日自恣，我某甲比丘亦自恣。若見聞疑罪，大德長老哀愍故語我。我若見罪，當如法懺悔。』如是第二、第三說。」⁶³

從上文可知，在自恣的時候，也有一定的服儀和場地規定，且被舉罪人也要向舉罪人重複三遍說明：「你若見到我犯罪、你若聽聞到我犯罪、你若懷疑我犯罪，大德長老應當憐憫我且告訴我犯罪，我若見罪，則當如法懺悔」。

⁶¹ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 131b11-14。

⁶² 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 131b4-7。

⁶³ 《四分律》卷 37，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428, p. 837a1-7。

二、出家人不同罪行的懺悔方式

初期佛教出家人的懺悔方式，大約可以分為重罪的懺悔方式、輕罪的懺悔方式和二不定法，詳述以下：

(一) 重罪

重罪大致可以分為三大類，第一重罪是四波羅夷罪，即是：殺、盜、淫、妄，第二重罪是僧殘罪，又稱為「僧伽婆尸沙」，第三重罪是偷蘭遮罪，偷蘭遮罪細分又分上品罪、中品罪和下品罪，而此三種重罪的懺悔方式也不太相同，詳述以下：

1. 四波羅夷：殺、盜、淫、妄

在佛教裡面，有所謂的十善業，即是身業三種（不殺生、不偷盜、不邪淫）、語業四種（不妄語、不綺語、不兩舌、不惡口）、意業三種（不貪欲、不瞋恚、不邪見或不愚痴），其中，身業三種（不殺生、不偷盜、不邪淫），再加上語業的不妄語，是佛教的根本戒，在家人的五戒也是由身業三種（不殺生、不偷盜、不邪淫），再加上語業的不妄語戒和不飲酒戒而形成，對於出家人來說，此四種：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語，更是更基本需要遵守的戒條。

波羅夷梵文為 *pārājika*（巴利文：同梵文），在唐秀連的論文當中寫道：「本意是他勝、戰敗，譬喻為煩惱所征服」⁶⁴，在《彌沙塞部和醯五分律》卷 1 中記載：

波羅夷者：名為墮法，名為惡法，名斷頭法，名非沙門法。不共住者：如先白衣時，不得與比丘共一學、等學、不等學、不餘學；不與比丘共一羯磨、等羯磨、不等羯磨、不餘羯磨；不與比丘共一說戒、等說戒、不等說戒、不餘說戒，是名不共住。⁶⁵

可見得，出家人犯了波羅夷罪是名墮落和惡法，罪行就如斷頭罪，犯了此罪行就不行與僧團共住，在《四分律》卷 22 中也有記載：

波羅夷者，譬如人斷頭不可復起，比丘尼亦復如是，犯波羅夷已不復成比丘尼，故名波羅夷。云何名不共住，有二不共住：一羯磨、一說戒。彼比丘尼，不得於是二事中住，是故名不共住。⁶⁶

⁶⁴ 唐秀連，〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉，《臺灣宗教研究》第 19 卷第 2 期，2020 年 12 月，頁 134-頁 135。

⁶⁵ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 1，CBETA 2023.Q3, T22, no. 1421, p. 4c21-26。

⁶⁶ 《四分律》卷 22，CBETA 2023.Q3, T22, no. 1428, p. 714a22-27。

從《四分律》中可以看出，出家人犯了斷頭罪，有如斷頭一般，喪失僧尼資格，而且其他僧尼不能與此人共住，不共住的意思則是：不行一起與其他僧尼做羯磨、不行一起與其他僧尼說戒。

綜上所述，出家人若犯了四波羅夷罪，即是犯了第一重罪，有如斷頭一般，會喪失僧尼資格，觸犯者也不得與比丘眾或比丘尼眾共住，不共住的梵文為 *asaṃvāsa*，根據前述《四分律》記載，不共住即是：不一起做羯磨、不一起說戒。

2. 僧殘罪（僧伽婆尸沙）

僧殘罪的梵文原文為 *saṃghāvaśeṣa*（巴利文：*saṅghādisesa*），根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載：「從最初（梵文：*ādi* / 巴利文：*ādi*）的舉罪到最後（梵文：*śeṣa* / 巴利文：*sesa*）的出罪，都必須由 20 位僧眾（梵文：*saṃgha* / 巴利文：*saṅgha*）決定」⁶⁷，為出家人的第二重罪，在古代律書中又譯為「僧伽婆尸沙」，在巴利律藏中，有所謂「十三僧殘」，即是十三種僧殘罪，根據李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載，比丘的 13 種僧殘罪即為以下：

- (1) 故意出精
- (2) 故意與女人身體相觸
- (3) 對女人說淫穢語詞
- (4) 要求女人行不淨行侍奉
- (5) 為男女傳達情意
- (6) 建小房子不合規定
- (7) 建大房子不合規定
- (8) 無憑無據地毀謗比丘犯驅擯戒（四波羅夷）
- (9) 穿鑿附會地毀謗比丘犯驅擯戒（四波羅夷）
- (10) 離間僧團
- (11) 追隨離間僧團的比丘
- (12) 對勸誡的比丘惡言相向
- (13) 敗壞居士並毀謗勸誡者⁶⁸

僧殘罪的懺悔方式有五種程序，分別是「別住」、「摩那埵」、「本日治」、「合一別住」和「出罪」，其中，「本日治」、「合一別住」和「出罪」的內容引用自李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》，詳述以下：

⁶⁷ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 47。

⁶⁸ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 47 到頁 75。

- (1) 別住：即是不與僧團住在相同地方，而單獨一個人住在另外一個地方。
- (2) 摩那埵：關於摩那埵，其梵文為 *mānatta*，巴利文同梵文，即是六天六夜做一些清掃工作或苦役。
- (3) 本日治：「本日治即是『從頭開始』的意思，適用於再犯僧殘戒且沒有覆藏罪行的情況，犯者若在別住或摩那埵期間再犯僧殘戒且沒有覆藏罪行，則別住或摩那埵的天數從頭開始」⁶⁹。
- (4) 合一別住：例如：「某人本來要別住 15 天，在第二天又犯了僧殘罪，且覆藏罪行 5 天，則取時間較長者，重新作 15 日別住」⁷⁰。
- (5) 出罪：即是「由 20 位比丘開出罪會議」⁷¹。

又，若在別住或摩那埵的期間又犯了僧殘罪，則該如何解決與處置？根據李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》記載，當下有覆藏罪行和沒有覆藏罪行的處置也不太相同，詳述以下：

- 一、不覆藏：六夜摩那埵→出罪。
 - 二、別住中犯僧殘，不覆藏：本日治→六夜摩那埵→出罪。
 - 三、摩那埵中犯僧殘，不覆藏：本日治→六夜摩那埵→出罪。
 - 四、別住中犯僧殘，覆藏：合一別住→六夜摩那埵→出罪。
- 此外，如果在別住期間還俗，日後又加入僧團時，應履行未別住的天數。⁷²

從文中可以看出，第一種為一般犯僧殘罪的情況，也就是初犯僧殘罪且沒有覆藏罪行的狀態之下，行六天六夜別住與摩那埵，即可向 20 位比丘進行出罪程序；第二種為別住中又犯僧殘罪，但是沒有覆藏，則天數從頭開始，並從頭開始進行別住與摩那埵，才可向 20 位比丘進行出罪；第三種情況是摩那埵期間中犯僧殘罪，但是沒有覆藏，則天數也是從頭開始，並且也是從頭開始進行別住與摩那埵；第四種情況是別住中犯了僧殘罪，且有覆藏罪行的情況，則取天數較長的時間進行合一別住與摩那埵，而後才可向 20 位比丘出罪；總結來說，「本日治」適用於沒有覆藏罪行的情況，「合一別住」適用於有覆藏罪行的情況。

我個人認為別住與摩那埵是非常特別且重要的一種懺悔方式，在《根本說一切有部毘奈耶雜事》裡面，佛曾經說：「凡掃地者有五勝利。云何為五？一者自心清淨；二者令他心淨；三者諸天歡喜；四者植端正業；五者命終之後當生天上」⁷³，也就是說，清掃有五個優點，其中的優點有：可以使得自心清淨，也可

⁶⁹ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 14。

⁷⁰ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 14。

⁷¹ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 14。

⁷² 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 14-頁 15。

⁷³ 《根本說一切有部毘奈耶雜事》卷 14，CBETA 2023.Q4, T24, no. 1451, p. 266c11-14。

以種下長相端正的業因等優點，更甚者，命終之後當生天上，而在《增壹阿含經》卷 17 也有這樣的記載：

「彼何等人聲亦好形亦好？或有比丘顏貌端政，出入行來，著衣持鉢，不左右顧視；然復精進修行善法。然戒律具足，見小非法，尚懷恐懼，何況大者！亦復多聞，所受不忘，諸所有法，初善、中善、竟善，修其善行，如此之法，善諷誦讀。是謂此人聲好形亦好。」

「是謂世間有此四人，在世間者，當共覺知。是故，諸比丘！當學聲好形亦好。如是，諸比丘！當作是學。」

爾時，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。⁷⁴

從上文可知，持戒成功、威儀具足和多聞誦讀佛法的比丘，有長相端正的果報，而清掃佛堂或做一些清潔工作，亦有長相端正的果報，或許，做清掃工作可以掃除垢，將罪業給加以稀釋與淡化，而摩那埵這樣的懺悔方式，則是除了自見罪與自知罪的意業、口頭懺悔方面的口業之外，身業亦要身體力行進行打掃工作，也就是達到身口意三業的清淨。

3. 偷蘭遮罪

偷蘭遮梵文原文為「sthūlātyaya」，根據唐秀連在 2020 年 12 月的期刊論文〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉一文之中記載：

獨頭偷羅遮，即不依附其他罪行，獨立違犯的偷羅遮，有上中下三品之別（《四分律刪補隨機羯磨》CBETA, T40, no. 1808, p. 507a1-4）。從生偷羅遮則是附屬於其他聚而成立，是餘聚的未遂罪，因此遍及六聚（波羅夷、僧殘、波逸提、提舍尼、惡作、惡說），其罪行的輕重，是根據構成未遂罪行的程度來決定，由此也有三品之別（《四分律行事鈔資持記》CBETA, T40, no. 1805, p. 354c12）。⁷⁵

從上文可知，偷蘭遮罪又分為獨頭偷蘭遮和從生偷蘭遮兩種，第一種獨頭偷蘭遮，是出家人的第三重罪（僅次於波羅夷和僧殘罪），第二種從生偷蘭遮，根據唐秀連的論文〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉一文之中記載：「偷羅遮分為

⁷⁴ 《增壹阿含經》卷 17，CBETA 2023.Q4, T02, no. 125, pp. 634c23-635a2。

⁷⁵ 唐秀連，〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉，《臺灣宗教研究》第 19 卷第 2 期，2020 年 12 月，頁 137。

戒分所收的重罪，和威儀所收的輕罪兩種」⁷⁶，顯然，從生偷蘭遮屬於後者的輕罪，也是附屬於其他罪行種類的未遂罪。

關於偷蘭遮的懺悔方式，依據《四分律刪繁補闕行事鈔》卷2記載：

三懺偷蘭遮法，分二：初明罪相，二立懺儀。
初中分二。

一者從生偷蘭，謂初、二篇下方便。若依《十誦》：初篇生重，此是近方便，謂身口相加，未得暢遂者，應一切僧中悔；若初篇生輕，二篇生重，應界外四比丘眾中悔；若僧殘生輕，應一比丘前悔，其懺法與波逸提同。

二者自性偷蘭，亦名獨頭，亦分三品：云何名重？謂盜僧食具、十方現前物，偷四錢、及非人重物等，須大眾懺。云何名中？破羯磨僧；盜三錢已下僧私之物；一有衣一無衣相觸，作僧殘境界；如是等類，對小眾懺。云何名下？如律云：畜用人髮，剃三處毛、灌下部、露身行，著外道衣、畜石鉢、食生肉血等。《僧祇》：瞋心裂破三衣鉢、破塔等，並偷蘭，用一人懺。律中：初二篇下，教人犯偷蘭者，並是究竟，輕重同上懺之。⁷⁷

從上文可知，獨頭偷蘭和從生偷蘭兩者各都分為上品罪、中品罪和下品罪三種，值得注意的是，教唆別人犯偷蘭罪的罪行輕重程度等同親自犯偷蘭罪，懺悔方式跟親自犯偷蘭罪的懺悔方式一樣。

再者，筆者從《十誦律》卷57看到這一段文：

長老優波離問佛言：「世尊！偷蘭遮云何懺悔除滅？」佛言：「有四種偷蘭遮：有偷蘭遮罪從波羅夷生重、有偷蘭遮罪從波羅夷生輕、有偷蘭遮從僧伽婆尸沙生重、有偷蘭遮從僧伽婆尸沙生輕。優波離！從波羅夷生重偷蘭遮，應一切僧前悔過除滅。從波羅夷生輕偷蘭遮，應出界外四比丘眾悔過除滅。從僧伽婆尸沙生重偷蘭遮，亦出界外四比丘眾悔過除滅。從僧伽婆尸沙生輕偷蘭遮，一比丘悔過除滅。」⁷⁸

在《十誦律》卷57中記載，四波羅夷罪所衍生出來的偷蘭遮罪，也有重罪和輕罪的差別，重罪的懺悔方式是在一切僧前懺悔，輕罪的懺悔方式是在結界外四位比丘懺悔；而僧殘罪所衍生出來的偷蘭遮罪，也分重罪和輕罪，重罪的懺悔方式

⁷⁶ 唐秀連，〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉，《臺灣宗教研究》第19卷第2期，2020年12月，頁136。

⁷⁷ 《四分律刪繁補闕行事鈔》卷2，CBETA 2023.Q3, T40, no. 1804, p. 100b15-29。

⁷⁸ 《十誦律》卷57，CBETA 2023.Q3, T23, no. 1435, p. 425a4-13。

是在結界外四位比丘懺悔，輕罪的懺悔方式是向一位比丘懺悔即可。

從《十誦律》卷 57 和《四分律刪繁補闕行事鈔》卷 2 之中記載的內容，可以發現，其記載的偷蘭遮罪懺悔方式相同且不謀而合，可見得，偷蘭遮罪確實分為上品罪、中品罪和下品罪，上中下品的懺悔方式也不同。

唐秀連也在 2020 年 12 月的期刊論文〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉指出：

偷蘭遮為佛制戒六聚、七聚之一，是不包含在五篇（波羅夷、僧殘、波逸提、提舍尼、突吉羅）的所有輕重因罪的總稱。偷蘭遮是在諸罪名中，最複雜、最難定義的一種。⁷⁹

從原典文獻也可以明瞭，偷蘭遮罪確實是一種最複雜的罪行種類，有時獨立於各聚，有時附屬於各聚，且又分為上中下三品罪行，筆者用以下表格來整理偷蘭遮罪的懺悔方式：

表 2：出家人偷蘭遮罪的種類、品類和其懺悔方式

罪行名稱	偷蘭遮兩大種類	偷蘭遮罪品類	偷蘭遮罪的懺悔方式
偷蘭遮罪	(一) 獨頭偷蘭遮	1. 上品罪 2. 中品罪 3. 下品罪	1. 上品罪：需向大眾僧懺悔。 2. 中品罪：需向小眾僧懺悔。 3. 下品罪：僅對一位比丘懺悔。
	(二) 從生偷蘭遮	1. 上品罪：例如從波羅夷生的偷蘭遮重罪 2. 中品罪：例如從波羅夷生的偷蘭遮輕罪、從僧殘生的偷蘭遮重罪 3. 下品罪：例如從僧殘生的偷蘭遮輕罪	1. 上品罪：需向五人以上的一切僧懺悔。 2. 中品罪：需對結界外的四位比丘懺悔。 3. 下品罪：僅對一位比丘懺悔。

(二) 輕罪

輕罪大致可以分為三大類，由重罪到輕罪分別是波逸提、波羅提提舍尼和突吉羅，其中，第一種輕罪波逸提可以分為兩大類：一種是需要捨物品的捨墮，另一種則是不需要捨物品的單墮，捨墮總共有 30 條戒條，單墮則總共有 92 條戒條；第二種波羅提提舍尼又名悔過法，總共有 4 條戒條；第三種突吉羅，又名

⁷⁹ 唐秀連，〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉，《臺灣宗教研究》第 19 卷第 2 期，2020 年 12 月，頁 136。

「式叉迦羅尼」，此罪是最輕的罪。此三種輕罪的懺悔方式大多只要向幾位比丘面前進行如漢譯四阿含經懺悔情節的特徵要件進行懺悔，某些突吉羅罪更是只要自己進行責心懺即可，詳述以下：

1. 波逸提

波逸提梵文為 *prāyaścittika*，巴利文為 *pācittiya*，梵文 *prāyaścittika* 根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，意思是「贖罪」、「補償」⁸⁰，巴利文 *pācittiya* 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，意思也是「贖罪」、「補償」⁸¹，波逸提又分為兩種，第一種為捨墮（梵文：*naiḥsargika-prāyaścittika*、巴利文：*nissaggiya pācittiya*），捨墮的意思即為犯此罪之後懺悔時要捨某物品，梵文 *naiḥsargika* 根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，有「捨」⁸²的意思，梵文 *naiḥsargika-prāyaścittika* 的中文又翻譯成「尼薩耆波逸提」，巴利文 *nissaggiya* 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，有「捨棄」、「放棄」⁸³的意思，捨墮對應的巴利律比丘戒條相當於「捨懺」的 30 條戒條；第二種為單墮（梵文：*śuddha-prāyaścittika*），*śuddha* 根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，有「純」、「單純」、「清晰」和「乾淨」⁸⁴等意思，對應的巴利律比丘戒條相當於「懺悔」的 92 條戒條，詳述如下：

(1) 捨墮（尼薩耆波逸提）

根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載，巴利律比丘戒的「捨懺」戒條有 30 條，為以下戒條：

- (1) 存放多餘衣服、(2) 沒有帶足三件衣服過夜、(3) 存放布匹、
- (4) 讓非親戚比丘尼洗穿過的衣服、(5) 直接接受非親戚比丘尼衣服、
- (6) 向非親戚居士乞衣、(7) 被搶後向非親戚居士乞衣過限、
- (8) 指定非親戚居士供養某種衣服、
- (9) 干涉非親戚居士供養衣服方式、(10) 向居士索取衣服時過於急切、
- (11) 用蠶絲做被褥、(12) 用純黑羊毛作被褥、

⁸⁰ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2023/12/17)

⁸¹ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=p%C4%81cittiya&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

⁸² Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2023/12/17)

⁸³ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=nissaggiya&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

⁸⁴ Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2023/12/17)

- (13) 被褥各色羊毛比例不合規定、(14) 六年內做新被褥、
- (15) 新坐墊不加上舊坐墊的布、(16) 帶羊毛走路過限、
- (17) 使非親戚比丘尼洗羊毛、(18) 接受金錢、(19) 買賣貴重金屬、
- (20) 從物品交易、(21) 存放多餘鉢、(22) 隨意換用新鉢、
- (23) 存放藥物超過七天、(24) 提前使用雨浴衣、
- (25) 送人衣服後奪回、(26) 命非親戚居士織布、(27) 命織工織好衣、
- (28) 存放特施衣過限、(29) 有難離衣宿過六夜、
- (30) 將供養僧團的物品據為己有⁸⁵

又上面的戒條可以知道，捨墮的戒條大部份與布匹、衣服、被褥、坐墊、金錢、金屬、鉢和物品等有關聯，而之所以稱為「捨墮」，是因為犯了捨墮的戒條之後，其懺悔方式需要捨財物，而稱為「捨墮」，犯了捨墮的戒條之後，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載，其懺悔方式為以下：

犯戒比丘首先要悔過，將這些違規物品無條件繳給僧團，然後懺悔。所悔過、懺悔的對象可以是：

- (1) 僧團（四位或四位以上的比丘）
- (2) 別眾（兩位或三位比丘）
- (3) 比丘（一位）⁸⁶

從上文可知，犯了捨墮罪的比丘，除了要上繳物品給僧團之外，也要對僧眾懺悔，而僧眾無論是四位以上或四位以內，或是僅僅一位比丘，都可以對其懺悔。

(2) 單墮

關於單墮，則是不需要捨物品的波逸提懺悔罪，為純粹的波逸提懺悔罪，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載，巴利律比丘戒的「單墮」戒條有 92 條，為以下戒條：

- (1) 故意說謊、(2) 辱罵、(3) 毀謗、(4) 帶領未受戒者朗誦經文、
- (5) 與未受戒者同宿、(6) 和女人同宿、
- (7) 對女人說法超過五至六句、(8) 實證得聖法而告訴未受戒者、
- (9) 將比丘犯的重罪告訴未受戒者、(10) 挖掘土地、(11) 砍伐樹木、
- (12) 犯戒不坦白承認、(13) 嫌罵比丘、(14) 曬坐臥具不收、
- (15) 在房內鋪臥具不收、(16) 強佔房舍、(17) 趕人出房、
- (18) 住閣樓使用可拆卸的床（椅）、

⁸⁵ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 81 到頁 132。

⁸⁶ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 348。

- (19) 建大寺院的屋頂超過二至三層、
- (20) 在草或土上傾倒有生物的水、(21) 未經指派擅自教導比丘尼、
- (22) 教導比丘尼至日暮、(23) 至比丘尼寢室說法、
- (24) 毀謗教導比丘尼的比丘、(25) 送布給非親戚比丘尼、
- (26) 作衣服給非親戚比丘尼、(27) 與比丘尼約定同行、
- (28) 約比丘尼同船渡河、(29) 命比丘尼慇懃居士供養食物、
- (30) 單獨與比丘尼共坐、(31) 固定在同一處乞食、(32) 結眾受供養、
- (33) 連續受食物供養、(34) 接受餅供養過限、(35) 吃飽後再吃東西、
- (36) 慇懃比丘吃東西引誘犯戒、(37) 過午食、(38) 食用儲存的食物、
- (39) 無病而乞求營養食品、(40) 不與而食、(41) 拿食物給外道、
- (42) 乞食中途驅趕同伴、(43) 擅入情欲外顯的居士家、
- (44) 與女人在隱蔽處共坐、(45) 單獨與女人共坐、
- (46) 接受供養前後拜訪其他居士、(47) 四月自恣請過受、
- (48) 觀看軍隊出征、(49) 往軍中超過三夜、(50) 觀看軍隊演習、
- (51) 飲酒、(52) 對人搔癢、(53) 在水中嬉戲、(54) 態度不恭敬、
- (55) 嚇人、(56) 燃薪取暖、(57) 不足半個月便洗澡、(58) 不染衣、
- (59) 不切實分配衣服、(60) 藏匿比丘的物品、(61) 殺害動物、
- (62) 飲用有生物的水、(63) 上訴已經如法評判的事件、
- (64) 不檢舉犯重罪的比丘、(65) 承認未滿二十歲者為比丘、
- (66) 與違法商隊約定同行、(67) 與女人約定同行、(68) 批評佛法、
- (69) 與犯戒比丘共住、(70) 與被擯沙彌共住、(71) 違勸、
- (72) 毀謗學處、(73) 不專心誦戒、(74) 毆打比丘、
- (75) 作勢打比丘、(76) 毀謗比丘犯僧殘戒、(77) 使比丘心生憂悔、
- (78) 吵架後竊聽比丘談話、(79) 反悔羯磨的結果、(80) 表決時離席、
- (81) 分配衣服後發牢騷、(82) 命人轉送供養僧團的物品給某位比丘
- (83) 未經通告擅入王宮、(84) 撿拾屋外的珠寶、(85) 過午入村莊、
- (86) 命人以骨、牙、獸角製作針筒、(87) 床(椅)腳不合規定、
- (88) 在床(椅)上鋪棉花、(89) 墊布不合規定、
- (90) 覆瘡衣不合規定、(91) 兩浴衣不合規定、
- (92) 衣服尺寸不合規定。⁸⁷

關於單墮的懺悔方式，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載：「懺悔戒和捨懺戒本是一類，捨懺戒除了多一道捨去物品的手續外，處罰方式和懺悔戒完全一樣」⁸⁸，也就是說，捨懺與懺悔相比，多了一道捨去物品的步驟，犯懺悔戒的其餘懺悔方式與犯捨懺戒的懺悔方式相同，意即懺悔的對象可

⁸⁷ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 133 到頁 251。

⁸⁸ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 134。

以是四位或四位以上的比丘、兩位或三位比丘、一位比丘，並如四阿含經中懺悔的五個特徵要件而進行懺悔。

2. 波羅提提舍尼（提舍尼）（悔過）

關於波羅提提舍尼，又稱提舍尼、悔過，其梵文為 *pratidesānīya*，巴利文為 *paṭideseti*，根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，意思是「坦白」、「認罪」的意思⁸⁹，關於此戒的戒條，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載，為以下四個戒條：

- (1) 直接接受非親戚比丘尼食物
- (2) 不斥責「指示居士供養食物」的比丘尼
- (3) 接受「有學養的居士」的食物
- (4) 在危險的森林接受食物⁹⁰

從上文可知，此四條戒條都與食物有關聯，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中也指出：「如果就四悔過的內容而言，這四戒的範圍僅限於『接受食物』，規定比丘接受食物的對象、地點。違犯的話，對於比丘的修行生活、僧團的運作，都不會造成大危害，屬於比懺悔還輕的罪」⁹¹，可以見得，犯了提舍尼戒的罪比犯了波逸提的墮罪還要輕。而犯了此四條悔過罪的懺悔方式，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中指出：「當某位比丘犯了悔過罪時，應向『一位』比丘懺悔」⁹²，其懺悔的步驟程序則有如漢譯四阿含經的懺悔情節特徵一般地懺悔。

3. 突吉羅（越毘尼）（式叉迦羅尼）

突吉羅是所有罪行最輕的罪，其梵文為 *duṣkṛta*，根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，意思是「不善的行為」、「罪行」⁹³，突吉羅又稱「式叉迦羅尼」，其巴利文為 *sikkhā karaṇīyā*，巴利文 *sikkhā* 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，為「學習」、「訓練」、「紀律」的意思⁹⁴，巴利文 *karaṇīyā* 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，有「應該被做的」的意思⁹⁵，所以巴

⁸⁹ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=pa%E1%B9%ADideseti&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

⁹⁰ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 252 到頁 260。

⁹¹ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 253。

⁹² 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 254。

⁹³ *Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899*, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/02/28)

⁹⁴ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=sikkh%C4%81&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

⁹⁵ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English*

利文 *sikkhā karaṇīyā* 其合起來的意思是「應當學」⁹⁶，其漢文音譯又稱為「式叉迦羅尼」。

突吉羅的罪行屬性，根據《彌沙塞部和醯五分律》卷 19 記載：「言知，應問：『何等是破威儀？』答言：『犯波逸提、波羅提提舍尼、突吉羅、惡說』」⁹⁷，可見得突吉羅的罪行屬性為「破威儀」的罪行屬性；又根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中指出，七十五眾學的戒條（意即突吉羅或式叉迦羅尼）為以下 75 條戒條：

- (1) 穿下裙不包覆全身、(2) 穿上衣不包覆全身、
- (3) 前往居士家時衣著不包覆整齊、
- (4) 坐在居士家時衣著不包覆整齊、
- (5) 前往居士家時威儀不端正、(6) 坐在居士家時威儀不端正、
- (7) 前往居士家時不垂視、(8) 坐在居士家時不垂視、
- (9) 前往居士家時拉高衣服、(10) 坐在居士家時拉高衣服、
- (11) 前往居士家時大笑、(12) 坐在居士家時大笑、
- (13) 前往居士家時高聲交談、(14) 坐在居士家時高聲交談、
- (15) 前往居士家時晃動身體、(16) 坐在居士家時晃動身體、
- (17) 前往居士家時揮動手臂、(18) 坐在居士家時揮動手臂、
- (19) 前往居士家時搖頭晃腦、(20) 坐在居士家時搖頭晃腦、
- (21) 前往居士家時叉腰、(22) 坐在居士家時叉腰、
- (23) 前往居士家時蓋頭巾、(24) 坐在居士家時蓋頭巾、
- (25) 前往居士家時蹲踞、(26) 坐在居士家時斜靠在椅子上、
- (27) 不恭敬接受食物、(28) 接受食物時左顧右盼、
- (29) 接受不等量羹飯、(30) 接受過量食物、(31) 用餐時不恭敬、
- (32) 用餐時不注視鉢、(33) 用餐時到處走動、(34) 食用不等量羹飯、
- (35) 由頂端揉捏食物而食、(36) 飯覆羹、(37) 無病為自己要求羹飯、
- (38) 注視他人的鉢、(39) 做過大的飯糰、(40) 不做圓團食、
- (41) 張口待食、(42) 用餐時將手塞入口中、(43) 口含飯糰說話、
- (44) 將鉢食擲入口中、(45) 將飯糰咬斷來吃、(46) 大口吃東西、
- (47) 用餐時甩手、(48) 用餐時散落飯粒、(49) 用餐時吐舌、
- (50) 用餐時咋舌出聲、(51) 用餐時吸食出聲、(52) 用餐時舔手、
- (53) 用餐時舔鉢、(54) 用餐時舔嘴、
- (55) 用拿過食物的手拿飲用水瓶、

dictionary. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=kara%E1%B9%87%C4%ABya&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

⁹⁶ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 262。

⁹⁷ 《彌沙塞部和醯五分律》卷 19，CBETA 2023.Q4, T22, no. 1421, p. 133b10-11。

- (56) 將混有飯粒的洗鉢水倒在居士家、(57) 對拿傘的人說法、
 (58) 對拿拐杖的人說法、(59) 對拿刀的人說法、
 (60) 對拿弓箭的人說法、(61) 對穿拖鞋的人說法、
 (62) 對穿涼鞋的人說法、(63) 對坐在車上的人說法、
 (64) 對躺在床上的人說法、(65) 對斜靠在椅子上的人說法、
 (66) 對纏頭巾的人說法、(67) 對蓋頭巾的人說法、
 (68) 坐在地上對坐在位子上的人說法、
 (69) 坐在低處對坐在高處的人說法、(70) 站著對坐著的人說法、
 (71) 站在後面對站在前面的人說法、
 (72) 走在路邊對走在路中間的人說法、(73) 站著大小便、
 (74) 在植物上大小便、吐唾、(75) 在水上大小便、吐唾。⁹⁸

關於犯突吉羅的懺悔方式，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中指出：「至於犯了眾學戒的處罰，律中雖沒有說明，但是由戒條可知，只須在心中懺悔『我…，應當學』即可」⁹⁹，又根據在唐秀連 2020 年的期刊論文當中寫道：「犯戒者只要責心懺悔，自勉今後改過自新，便可滅除這等輕垢，無須接受不共住、別住、摩那埵、捨財、放逐、梵壇刑（默擯）、呵責等僧團慣常的處分」¹⁰⁰，可以見得，犯了突吉羅的懺悔方式即為對自我的「責心懺」為主。

(三) 二不定法

關於二不定法，梵文是 *aniyata*，根據 1899 年 Monier-Williams 梵英字典，意思是「沒有規定」、「不確定」、「不固定」¹⁰¹，巴利文一樣是 *aniyata*，根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，意思為「不確定的」¹⁰²，表示此戒處於一種不確定犯了哪一種戒的狀態，根據 1999 年李鳳媚的《巴利律比丘戒研究》一書中記載，此種不定法總共有兩個戒條，分別是：「1. 與女人在可行不淨行處、2. 與女人在可說淫穢語處」¹⁰³，李鳳媚也提出：「我們可以看出這些戒，或輕或重，都和不淨行（邪淫）有關」¹⁰⁴，所以可以從上文段看出，二不定法雖然沒有真正地犯戒，但是卻身處於有導致犯重罪的環境條件，所以必須避免為之。

⁹⁸ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 351。

⁹⁹ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 352。

¹⁰⁰ 唐秀連，〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉，《臺灣宗教研究》第 19 卷第 2 期，2020 年 12 月，頁 140。

¹⁰¹ *Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899*, <https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2024/02/28)

¹⁰² Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, [https://dsal.uchicago.edu/cgi-](https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=aniyata&searchhws=yes&matchtype=exact)

[bin/app/pali_query.py?qs=aniyata&searchhws=yes&matchtype=exact](https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=aniyata&searchhws=yes&matchtype=exact) (2024/4/11)

¹⁰³ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 76 到頁 80。

¹⁰⁴ 李鳳媚，《巴利律比丘戒研究》，嘉義新雨雜誌社，1999 年 4 月，頁 347。

三、出家人的羯磨

關於羯磨，梵文為 karma，巴利文為 kamma，根據聖嚴法師在《戒律學綱要》當中指出：「羯磨，是梵語 karma 的音譯，意譯是『業』，乃是授戒、說戒、懺罪，以及各種僧事的處理，所以又被解為『辦事』或『作事』」¹⁰⁵，可以見得，羯磨本身是屬於音譯，而羯磨的意譯本來是「業」的意思，在戒律之中，則引申有「辦事」和「作事」的意思，又聖嚴法師在《戒律學綱要》也指出：「若以現代的術語解釋，佛教的羯磨法，便是一種特有的議事法或會議法」¹⁰⁶，可見得，羯磨即是僧團內部的一種會議法。

到底幾個人才算成立羯磨？根據聖嚴法師在《戒律學綱要》指出：

以參加羯磨的人數來說，共分六類：

（一）一人：這是心念法，例如比丘心念自責，懺除誤犯突吉羅罪。事實上，這尚未入羯磨法。

（二）二人：這是對首法，一比丘對另一清淨比丘所作，例如懺除波逸提罪。嚴格地說，這也尚未入於羯磨法。

（三）四人：除了不能出僧殘罪、授戒、邊地授戒、自恣之外，一切羯磨均可以四人成就。

（四）五人：這是自恣羯磨及邊地授戒羯磨的最少限度的人數。除了不能出僧殘罪及授戒之外，一切羯磨均可以五人成就。

（五）十人：除了不能出僧殘罪，其餘一切羯磨均可成就，主要乃是授具足戒所要求的人數。

（六）二十人：這是出僧殘罪的最少限度的人數，這也是能夠成就一切羯磨的人數了。

但其參加羯磨的分子，在比丘僧中，必須是清淨的比丘，犯戒而未懺除的比丘，不能足數，也不得參與；比丘尼、式叉摩尼、沙彌、沙彌尼乃至一切俗人，均不能足數，也不得參加。比丘尼的羯磨，比丘也不得參加。¹⁰⁷

從上文可知，四人以下不能成立羯磨，至少四人以上才能成立羯磨，而參加羯磨的比丘僧必須是清淨的比丘僧，犯戒而沒有懺除罪的比丘則不行參與，比丘尼、式叉摩尼、沙彌、沙彌尼、在家人和俗人也不行參與比丘的羯磨，從上面的引文

¹⁰⁵ 聖嚴法師《戒律學綱要》，法鼓全集 2020 紀念版（第 1 輯第 3 冊，頁 313）。取自：
<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-03-023> (2024/02/29)

¹⁰⁶ 聖嚴法師《戒律學綱要》，法鼓全集 2020 紀念版（第 1 輯第 3 冊，頁 313）。取自：
<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-03-023> (2024/02/29)

¹⁰⁷ 聖嚴法師《戒律學綱要》，法鼓全集 2020 紀念版（第 1 輯第 3 冊，頁 317-318）。取自：
<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-03-023> (2024/03/02)

和筆者在第二章第三節出家人的懺悔方式中可以知道，四人以上才能成立的羯磨，肯定只適用於僧殘罪、偷蘭遮罪的上品罪和中品罪，以及適用於某一些波逸提的捨墮罪和單墮罪，通常羯磨用於徵求僧團的同意而進行出罪程序，例如：

（一）犯了僧殘罪的比丘在進行懺悔、發露罪行以及別住或六天六夜摩那埵之後，則最後也要在 20 位比丘面前進行羯磨和出罪會議程序；（二）而偷蘭遮罪的上品罪則是要在 5 人以上比丘面前羯磨和進行出罪會議程序，偷蘭遮罪的中品罪則是要在 4 位比丘面前羯磨和進行出罪會議程序；（三）而波逸提的捨墮罪和單墮罪端視罪行種類而決定要不要羯磨，捨墮罪和單墮罪可以向 4 位比丘、3 位比丘、2 位比丘或 1 位比丘進行懺悔，若是犯了需要向 4 位比丘進行出罪的罪行種類，則也要進行羯磨和出罪會議程序；（四）輕罪如波羅提提舍尼和突吉羅則僅需要向 1 位比丘懺悔或是自己心念責心懺，所以不適用於必須為 4 位以上比丘的羯磨。

而羯磨的方式和方法又有哪一些呢？聖嚴法師也在《戒律學綱要》指出：

羯磨法的種類，分有三大類，一百零一種：

（一）單白羯磨，或稱白一羯磨，意思是「唱言」，這是對於不必徵求同意的事，向大眾宣告常行慣行而應行的事，唱說一遍就成。共有二十四種。

（二）白二羯磨，這是宣告一遍，再說一遍，徵求大家的同意。共有四十七種。

（三）白四羯磨，這是先作一遍宣告，再作三番宣讀，每讀一遍，即作一次徵求同意，如果一白三羯磨了，眾中默然者，便表示沒有異議，而宣布羯磨如法，議案成立，一致通過。共有三十種（種數名目請自參閱律部的羯磨）。羯磨法的精神，與現代的議會程序比較，那就顯得更為莊嚴神聖了。現代的議會提案，通常是三分之二投贊成票者，便算通過，有的則以超過半數為準，有的則以超過四分之三為準，但卻絕少有要求一致通過才算合法的。佛教的羯磨法，通常多是要求一致通過的，僧中只要一人有異議，便是僧不和合，便是羯磨不成。僅有滅諍羯磨是行黑白籌（投票）而取多數表決的。¹⁰⁸

從上文可知，羯磨法有三個種類：（一）單白羯磨，又稱作白一羯磨，為宣告大眾應行的事情，不需要徵求大家的同意，且宣告一遍就行；（二）白二羯磨：此為宣告一遍而後徵求大家同意一遍；（三）白四羯磨，也稱作一白三羯磨：意即宣告一遍而後徵求大家的同意三遍。而誠如聖嚴法師所言，羯磨必須要 100% 全體羯磨成員一致同意，才算成立，否則羯磨不成立，而在羯磨當中僅有滅諍羯磨採多數決而非全體成員同意。

¹⁰⁸ 聖嚴法師《戒律學綱要》，法鼓全集 2020 紀念版（第 1 輯第 3 冊，頁 315）。取自：
<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-03-023> (2024/03/02)

第四節 初期佛教在家人的戒罪及其懺悔方式

在本章第二章第三節已經探討過初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式，接下來第二章第四節筆者則要探討的是初期佛教在家人的戒罪及其懺悔方式，前面第二章第三節的前言其實筆者已經先簡易將人分為三種類型的人：第一種類型的人是未犯罪的狀態，無論是佛教中的戒罪、法律中的罪行或是本質上的罪行，皆沒有違反，呈現一種清淨的狀態；第二種類型的人則是沒有受過佛教戒律的人，這樣的人由於沒有受過戒，則不會有戒罪產生，而所犯的罪可能只是小過錯、法律上的罪或是本質上的罪；第三種類型的人則是有受過佛教戒律的人所犯的罪，受過戒的人大體上就是四眾弟子，也就是所謂的比丘、比丘尼、優婆塞和優婆夷，其中，比丘和比丘尼是出家人，優婆塞和優婆夷是在家人，上一節第三節已經探討了初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式，以下第四節將繼續探討初期佛教在家人的戒罪及其懺悔方式。

一、在家人的布薩

在家人的布薩是否存在於初期佛教時期？根據羅因的論文〈佛教布薩制度的研究〉，其內容指出：

因為在家布薩與比丘布薩沒有深刻的連結，這也可以反證為何在各部律中都沒有記載在家布薩的原因了，正如印順法師所說的「律是出家眾的制度，所以將在家布薩的事略去了」。但是，並不能因為出家的律中沒有記載在家布薩，就以為在家布薩是不存在的。根據各種文獻的片段記述，可以肯定的是：在原始佛教時期，甚至是在佛滅後的百餘年間，在家布薩確實是存在的。但是，由於在家信眾平日散居各地，各自生活，佛滅之後並沒有形成像出家教團一樣的嚴密組織，因此，在家布薩便隨著時代的久遠，規範力量的日趨薄弱，而最後消失在歷史的陳跡之中了。¹⁰⁹

從上文可知，羅因認為在家人的布薩制度確實曾經存在於初期佛教時期，又羅因也根據《彌沙塞部和醯五分律》和種種線索，歸納出以下結論：

根據這些線索，可以重建對於在家布薩的瞭解如下：

(1) 在家布薩與出家布薩的時間是一樣的，應該都是在每月的初一和十五日兩天。

(2) 在家信眾在每月八日、十四日聽法，供養僧眾之後，到了十五布薩日，在家信眾就與比丘眾分開來，各自舉行在家布薩和出家布薩。

¹⁰⁹ 內容詳見：羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第6屆上》，2002年，頁424到頁425。

(3) 出家布薩誦波羅提木叉，在家布薩則是誦五戒、十善。

(4) 因為佛制規定每一位比丘都必須參與出家布薩，但是，卻沒有規定比丘帶領在家布薩。事實上，如果比丘被派遣出去帶領在家布薩，那麼，對該比丘來說，無疑是剝奪了他參與出家布薩的機會了，所以在家布薩的主持者不可能由出家眾擔任。比較可能的做法，是比照出家布薩，在在家佛弟子中，選擇戒行清淨的長老，作為布薩的主持者。¹¹⁰

從上文可知，出家人的布薩是在每一個月八日和十四日說法，則在家人那個時候則是聽眾和聽法人，是一起在同一個地方進行；而出家人在每一個月初一和十五進行誦戒與懺悔，則在家人也在同一時間進行誦戒與懺悔，但是是各自分開來進行，出家人和在家人誦戒與懺悔的內容也有所不同，筆者將在接下來詳細闡述。

(一) 聽法

1. 聽法的日期：每一個月八日和十四日

根據羅因的分析與研究，可以得出：出家人若在每一個月的八日和十四日說法，則在家人則在同一個地方進行聽法，也就是說，在家人在同一個地方聽出家人說法。

2. 說法人和聽法人

在家布薩當中，綜合羅因的分析與研究和筆者在第二章第三節出家人的懺悔方式記載，說法人為一位口才好、身心完具且能背誦契經的出家人擔任，而聽法人則為在家人全體。

3. 聽法的內容

根據筆者在第二章第三節出家人的懺悔方式當中已經提到，在布薩制度當中，出家人說法的內容會先從最基礎的佛法開始，先說生天法和出離法，若在家弟子願意接受，則出家人則再說出世間法的四諦法和三十七道品，反過來說，在家人在布薩制度當中聽法的內容，也會先從生天法和出離法開始聽起，若堪受，則再聽出世間法的四諦法和三十七道品。

(二) 誦戒與懺悔

1. 誦戒與懺悔的日期：每一個月初一和十五日

根據羅因的分析與研究，可以推論出：無論是出家人和在家人，誦戒與懺悔皆在每一個月初一和十五日舉行，但是，出家人和在家人在誦戒與懺悔的時候，則是各自分開來進行。

¹¹⁰ 羅因，〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第6屆上》，2002年，頁424。

2. 誦戒的主體和對象、懺悔的主體和對象

誦戒的主體，根據羅因的分析與研究，必須是持戒清淨的長老在家人，誦戒的對象則為在家人團體全體；懺悔的主體則為犯戒或犯罪的在家人，懺悔的對象則為全體在家眾。

3. 誦戒與懺悔的內容

關於誦戒的內容是在家人需要遵守的三皈五戒和十善業等內容，而懺悔的內容則為該在家人針對自己所犯的戒罪種類或罪行種類，而進行懺悔，以下筆者將針對三皈五戒和十善業進行說明：

(1) 三皈五戒

三皈分別是：皈依佛、皈依法、皈依僧；五戒分別是：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。若在家人皈依外道（皈依非佛教的宗教等情事），則是違反了「三皈戒」；若是在家人做了一些事情，例如：殺生、偷錢、邪淫、說謊、飲酒等情事，則是違反了「五戒」。

(2) 十善業和十惡業

大體來說，用作初期佛教在家人的規範通常是十分重要的十善業，十善業包括了身、口、意三業的內容（身業三種、口業四種、意業三種），而相反於十善業也就是所謂的「十惡業」，例如：某在家人做了殺生、偷盜、邪淫、說謊、說無意義的語言、挑撥離間、惡口罵人、貪心、生氣或是有邪知邪見，則違反了「十善業」，整理表格如下：

表 3：佛教三業、十善業和十惡業內容對照表

佛教三業	十善業	十惡業
身業三種	1.不殺生	1.殺生
	2.不偷盜	2.偷盜
	3.不邪淫	3.邪淫
口業四種	4.不妄語	4.妄語
	5.不綺語	5.綺語
	6.不兩舌	6.兩舌
	7.不惡口	7.惡口
意業三種	8.不貪欲	8.貪欲
	9.不瞋恚	9.瞋恚
	10.不邪見（或不愚癡）	10.邪見（或愚癡）

二、三皈五戒之前懺悔

筆者在第二章第二節漢譯四阿含經關於懺悔情節的特徵當中，提到了《長阿含經》第 27 經《沙門果經》，在此經當中，阿闍世王兩次向佛陀懺悔殺父之罪，懺悔完成之後，也兩次說出自己受三皈五戒，從阿闍世王第一次的懺悔當中可以發現，懺悔的主體為阿闍世王，接受懺悔的對象為佛陀，阿闍世王在心理自見罪或自知罪之後發露罪行進行懺悔，而佛陀則接受了阿闍世王的懺悔，最後，阿闍世王皈依三寶與誓言自今以後盡形壽守五戒成優婆塞；而後，阿闍世王在故事最後又進行了第二次的懺悔，從第二次懺悔中，可以看出與第一次懺悔不同之處是：懺悔的口頭動作與三皈五戒成優婆塞的口頭承諾皆是要重複唸三遍，例如：我今「再三」悔過、我今「再三」歸依等字眼；而所謂的三皈五戒，三皈即是皈依佛、法、僧三寶，五戒則是不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語與不飲酒。從此則故事可以看出，在家人在受三皈五戒之前，必定要先進行懺悔與發露罪行的程序，詳細說明以下：

（一）三皈五戒的日期

關於三皈五戒的日期，從一手文獻中可以看出，並沒有硬性的規定，而在三皈五戒之前必定要先進行懺悔。

（二）懺悔的主體和對象、受三皈五戒的主體和對象

懺悔的主體即是在家人，懺悔的對象即是教授三皈五戒的出家眾，在初期佛教時期，懺悔的對象多為佛陀本人；而受三皈五戒的主體也是在家人，而受三皈五戒的對象即是教授三皈五戒的主體，也就是比丘眾或是佛陀本人。

（三）懺悔的內容和三皈五戒的內容

懺悔的內容端視此在家人所犯的罪行種類而定，但是懺悔的特徵要件不出筆者在第二章第二節漢譯四阿含經關於懺悔情節的特徵要件所提，有五個特徵要件，分別是：一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象，二、懺悔的主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔的主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔的主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，而在家人所違犯的罪行種類通常是犯了十惡業等內容，在懺悔完成之後，則是受三皈五戒，三皈五戒的內容已經在之前提過，不再贅述。

三、八關齋戒之前懺悔

(一) 八關齋戒的日期：六齋日（即是每一個月的八日、十四日、十五日、二十三日、二十九日或三十日）

從《增壹阿含經》第 24 品高幢品第 6 經中可以得知，每一個月的八日、十四日和十五日都可以舉行八關齋戒，而在《增壹阿含經》卷 48〈第 50 品禮三寶品〉中有這樣的記載：「佛告阿難：『…王於六齋之日，具勅內外皆持八關；於斯之日，首陀會天當悉來下，受其八戒…』」¹¹¹，從此文可以看出，在六齋之日的時候，確實可以舉行八關齋戒，又六齋日又是每一個月的什麼時候呢？根據《十誦律》卷 57 中記載：「月六齋：所謂八日、十四日、十五日、二十三日、二十九日、三十日」¹¹²，可以見得，八關齋戒確實是在六齋日的時候舉行，也就是每一個月的八日、十四日、十五日、二十三日、二十九日或三十日。

(二) 懺悔的主體和對象、受八關齋戒的主體和對象

從《增壹阿含經》第 24 品高幢品第 6 經中也可以看出，八關齋戒在舉行的時候，是「四部眾」一起舉行與參與，也就是比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷都會在現場，所以懺悔的主體即是在家眾，懺悔的對象則包含了比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷的四部眾，以此類推，受八關齋戒的主體也是在家眾，受八關齋戒的對象即是教授八關齋戒的主體，也就是主法人或教授人，通常是出家眾。

(三) 懺悔的內容和八關齋戒的內容

在《增壹阿含經》第 24 品高幢品第 6 經中，佛陀告訴比丘如何舉行八關齋戒，一般齋戒日通常是在每月初八、十四日和十五日舉行，當在十四日和十五日說戒與持齋之時，即可舉行八關齋戒法，參加的人必須要說出：「我今齋日，欲持八關齋法。唯願尊者，當與我說之」¹¹³，並且必須要說出自己的名字，而後必須說：「我今奉持如來齋法，至明日清旦，修清淨戒，除去惡法」¹¹⁴，接著則是進行不自覆藏與發露懺悔的動作，而後才能正式受持八關齋戒法，原文如下：

世尊告曰：「諦聽！諦聽！善思念之，吾當為汝具分別說。於是，比丘！若有善男子、善女人，於月十四、十五日說戒、持齋時，到四部眾中，當作是語：『我今齋日，欲持八關齋法。唯願尊者，當與我說之！』是時，

¹¹¹ 《增壹阿含經》卷 48，CBETA 2023.Q4, T02, no. 125, p. 809a29-b2。

¹¹² 《十誦律》卷 57，CBETA 2023.Q4, T23, no. 1435, p. 420c13-14。

¹¹³ 《增壹阿含經》卷 16，CBETA 2023.Q1, T02, no. 125, p. 625b1-2。

¹¹⁴ 《增壹阿含經》卷 16，CBETA 2023.Q1, T02, no. 125, p. 625b5-7。

四部之眾，當教與說八關齋法。先教作是語：『善男子，當自稱名字。』彼已稱名字，便當與說八關齋法。是時，教授者當教前人作是語：『我今奉持如來齋法，至明日清旦，修清淨戒，除去惡法。若身惡行，口吐惡語，意生惡念，身三、口四、意三諸有惡行，已作、當作，或能以貪欲故所造，或能以瞋恚所造，或能以愚癡所造，或能以豪族故造，或能因惡知識所造，或能今身、後身、無數身，或能不識佛、不識法，或能鬪比丘僧，或能殺害父母諸尊師長，我今自懺悔，不自覆藏，依戒、依法成其戒行，受八關如來齋法。』¹¹⁵

通常八關齋戒的內容在《增壹阿含經》中可以看到，例如：《增壹阿含經》第 24 品高幢品第 6 經和《增壹阿含經》第 43 品馬血天子問八政品第 2 經皆有記載八關齋戒的內容，其中，從《增壹阿含經》第 24 品高幢品第 6 經中，佛陀說明：在授八關齋戒之前，必須先進行懺悔的動作；而關於八關齋戒，即是在家人在一日一夜之內守八條戒律，此八條戒律分別是：一、不殺生，二、不偷盜，三、不邪淫，四、不妄語，五、不飲酒，六、過午不食，七、不坐高廣大床，八、不著花鬘和脂粉與不香油塗身（或是不觀聽歌舞），然而在《增壹阿含經》第 24 品高幢品第 6 經中可以看出，在授此八關齋戒之前，除了要自稱名字之外，也一定要先進行懺悔的動作，並且不覆藏已過，而懺悔的內容則包括了身業三種（殺生、偷盜、邪淫）、口業四種（妄語、兩舌、惡口、綺語）、意業三種（貪欲、瞋恚、愚癡）的十惡業。

第五節 懺悔是否能滅罪或消業

懺悔是否真的能夠滅罪或消業？總結《中阿含經》第 111 經林品達梵行經的內容：業因滅，所以業果滅，而業因要用什麼方式才可以滅？則必須仰賴八正道的實行，以導向業因滅。而依據《中阿含經》第 11 經業相應品鹽喻經的記載，什麼樣的人造不善業之後必受死後墮地獄之果報？什麼樣的人造不善業之後則在當世受現世苦果而死後不墮地獄？以下引文：

爾時，世尊告諸比丘：「隨人所作業則受其報。如是，不行梵行不得盡苦，若作是說，隨人所作業則受其報。如是，修行梵行便得盡苦。所以者何？若使有人作不善業，必受苦果地獄之報。云何有人作不善業，必受苦果地獄之報？謂有一人不修身、不修戒、不修心、不修慧，壽命甚短，是謂有人作不善業，必受苦果地獄之報。猶如有人以一兩鹽投少水中，欲令水鹹不可得飲。於意云何？此一兩鹽，能令少水鹹叵飲耶？」

¹¹⁵ 《增壹阿含經》卷 16，CBETA 2023.Q1, T02, no. 125, p. 625a27-b14。

答曰：「如是。世尊！所以者何？鹽多水少，是故能令鹹不可飲。」

「如是，有人作不善業，必受苦果地獄之報。云何有人作不善業，必受苦果地獄之報？謂有一人不修身、不修戒、不修心、不修慧、壽命甚短，是謂有人作不善業，必受苦果地獄之報。」

「復次，有人作不善業，必受苦果現法之報。云何有人作不善業，必受苦果現法之報？謂有一人修身、修戒、修心、修慧，壽命極長，是謂有人作不善業，必受苦果現法之報。猶如有人以一兩鹽投恒水中，欲令水鹹不可得飲。於意云何？此一兩鹽，能令恒水鹹叵飲耶？」

答曰：「不也。世尊！所以者何？恒水甚多，一兩鹽少，是故不能令鹹叵飲。」

「如是，有人作不善業，必受苦果現法之報。云何有人作不善業，必受苦果現法之報？謂有一人修身、修戒、修心、修慧、壽命極長，是謂有人作不善業，必受苦果現法之報。」¹¹⁶

從上文可以得知，文中的「叵」有「不可」的意思，全文以「鹽」比喻「不善業」，以「水」比喻「修身、修戒、修心、修慧」等「善業」，說明一個人的因果業報就好像把一、兩把鹽巴投入水中，若水很少，則必受苦果地獄之報，若水很多，則必受苦果現法之報，也就是說，可以避免死後入地獄，而在今生現世中獲得重罪輕受的現世報。

從《中阿含經》的經文也可以看出，受到苦果地獄之報，是由於惡業太多和善業太少的的原因，猶如鹽多水少，而水會變得很鹹；而受到苦果現世報，是由於惡業比較少和善業比較多的原因，猶如水多鹽少，而水會變得很淡，所以受到現世報，而非來世地獄之果報。

簡而言之，「不善業」就像「鹽巴」，無論代表「善業」的「水」是多是少，都無法改變惡業存在的事實，若代表「善業」的「水」多，則表明了死後免入地獄而仍受現世報的業果法則。

綜上所述，其實，懺悔之後應該不是用「滅罪」或「消業」等詞來描述，而是水的比例（善業）和鹽的比例（惡業）所調和出來，所以筆者認為或許用「稀釋」罪業一詞會較為恰當，所謂的「善業」可以加以稀釋「惡業」，而達成重報輕受的現世報結果。

¹¹⁶ 《中阿含經》卷3，CBETA 2023.Q4, T01, no. 26, p. 433a14-b12。

第六節 小結

關於初期佛教的懺悔，總結來說，以語意來說，梵文 *kṣama* 有乞求他人原諒的意思，梵文 *āpatti-prati-deśanā* 則確實有發露罪行或說罪的意思，對應到四阿含經懺悔情節的五個特徵要件來說，確實能有所對應，例如乞求他人原諒的意思，代表著第一個特徵要件：「有一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象」，也代表著懺悔的主體具有第二個特徵要件：「懺悔的主體心理自見罪或自知罪」，第四個特徵要件：「懺悔的主體承諾以後不再犯」則是也代表著為了乞求他人原諒而做出承諾，而發露罪行或說罪的意思則是對應到第三個特徵要件：「懺悔的主體發露罪行與發露犯罪動機」，所以經由探究懺悔的語意之後，可以發現懺悔原詞彙的語意確實就包含了四阿含經關於懺悔情節前面的四個特徵要件，剩下最後一個特徵要件是：「接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔」，而第五個特徵要件則是懺悔對象的自由意志，而不是懺悔主體可以控制的。

關於出家人的懺悔方式，研究之後可以發現，懺悔對象的人數會根據罪行種類而改變，通常，越輕的罪，懺悔對象的人數越少，越重的罪，懺悔對象的人數越多；首先，重罪方面，僧殘罪的懺悔方式也非常特殊，除了要先口頭發露懺悔之外，身業方面也要一個人別住，並進行六天六夜摩那埵的清掃工作，最後則要在 20 位出家人面前進行出罪羯磨程序，才能夠恢復出家人的身份，而較重的偷蘭遮罪除了口頭發露懺悔之外，之後也要在 5 位以上、4 位出家人面前進行出罪羯磨程序，而較輕的偷蘭遮罪僅需對 1 位出家人進行懺悔程序。接著，輕罪方面，波逸提又分為捨墮和單墮，其懺悔方式也是除了發露懺悔之外，捨墮更是要把物品上交還給僧團，而無論捨墮和單墮，最後都要在 4 位、2 位或 3 位、或是 1 位出家人面前進行懺悔，若是犯較重的波逸提戒罪，則也要對 4 位出家人進行出罪羯磨程序，而犯了波羅提提舍尼戒罪的出家人，僅需對 1 位出家人進行懺悔，最輕的罪突吉羅戒罪，則是只要對 1 位出家人進行懺悔或自己責心懺即可。

出家人的羯磨程序至少要 4 位出家人以上才算成立，所以，從上文可以知道：只有僧殘罪、上品和中品偷蘭遮罪、某一些較輕的波逸提罪（包括捨墮罪和單墮罪）需要做羯磨程序。

關於出家人的布薩，則有說法、誦戒與懺悔、自恣等活動，說法即是出家人對在家人說法，通常在每一個月八日和十四日舉行，而誦戒與懺悔即是一位出家人對僧團進行唸誦波羅提木叉，而若有犯戒的人則依罪行種類進行不同的懺悔方式，通常是在每一個月初一和十五日舉行，關於自恣，則是請求他人舉出自己的缺點，自恣通常需要當事人同意，才可為之，且通常是與布薩連在一起舉行，或是在三個月結夏安居的最後一天舉行。

關於在家人的布薩，有聽法、誦戒與懺悔等活動，誦戒的人需要是一位持戒清淨的長老在家人，而懺悔的人則是犯了三皈五戒之戒罪的人與造十惡業的人，聽法通常是每一個月八日和十四日舉行，誦戒與懺悔一樣是每一個月初一和十五

舉行，與出家人的僧團分開舉行誦戒與懺悔。

通常在家人在受三皈五戒與受八關齋戒之前，都要進行懺悔的動作，而懺悔的程序就如四阿含經懺悔情節的五個特徵要件一般地進行懺悔，而八關齋戒之前的懺悔，則是針對十惡業而進行懺悔。

初期佛教的懺悔對於出家人和在家人來說，即是提供犯戒的人有一個途徑可以得到清淨，然而，懺悔能不能滅罪或消業？經由筆者的探究之後，發現善業和惡業其實各自如水和鹽的比例，懺悔其實應該是「稀釋」了惡業，也可以使得原本應該要死後墮地獄的果報轉而變成「重報輕受」的現世惡報。



第三章 初期佛教懺悔的心理意涵

有關於初期佛教懺悔的心理意涵，可以分為五個層面來看，首先，我們必須要探討初期佛教懺悔和戒、定、慧三學的關係，接著在第二節，則是探討初期佛教懺悔和身、口、意三業的關係，而後在第三節，則是針對上一章第二章第二節四阿含經懺悔情節的五個特徵要件，一一進行每一個特徵要件的心理意涵探討，之後第四節則是探究懺悔前後的身心變化，而後第五節探討懺悔的困境：懺悔之後不停地再犯的問題，最後則是進行小結。

第一節 初期佛教的懺悔和戒、定、慧三學的關係

戒、定、慧三學分別在《雜阿含經》中稱為「增上戒學」、「增上意學」和「增上慧學」，以下為《雜阿含經》第 820 經的引文：

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘……如上說。差別者：「何等為增上戒學？謂比丘重於戒，戒增上，不重於定，定不增上，不重於慧，慧不增上；於彼彼分細微戒，犯則隨悔。所以者何？我不說彼不堪能，若彼戒隨順梵行、饒益梵行、久住梵行，如是比丘戒堅固、戒師常住、戒常隨順生，受持而學。如是知、如是見，斷三結，謂身見、戒取、疑。斷此三結，得須陀洹，不墮惡趣法，決定正趣三菩提，七有天人往生，究竟苦邊，是名學增上戒。

「何等為增上意學？是比丘重於戒，戒增上，重於定，定增上，不重於慧，慧不增上；於彼彼分細微戒，乃至受持學戒。如是知、如是見，斷於五下分結，謂身見、戒取、疑、貪欲、瞋恚。斷此五下分結，受生般涅槃，阿那含，不還此世，是名增上意學。

「何等為增上慧學？是比丘重於戒，戒增上，重於定，定增上，重於慧，慧增上。彼如是知、如是見，欲有漏心解脫、有有漏心解脫、無明有漏心解脫，解脫知見：『我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。』是名增上慧學。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。」¹¹⁷

¹¹⁷ 《雜阿含經》卷 29，CBETA 2024.R1, T02, no. 99, p. 210b19-c12。

從上引文可以知道，何謂「增上戒學」？在《雜阿含經》第 820 經記載：「何等為增上戒學？謂比丘重於戒，戒增上，不重於定，定不增上，不重於慧，慧不增上」¹¹⁸，也就是說增上戒學只重於戒學，只有戒學會增上，而不重於定學和慧學，定學和慧學也不會增上。何謂「增上意學」？在《雜阿含經》第 820 經記載：「何等為增上意學？是比丘重於戒，戒增上，重於定，定增上，不重於慧，慧不增上」¹¹⁹，也就是說增上意學重於戒學和定學，戒學和定學都會增上，而不重於慧學，慧學也不會增上。何謂「增上慧學」？在《雜阿含經》第 820 經記載：「何等為增上慧學？是比丘重於戒，戒增上，重於定，定增上，重於慧，慧增上」¹²⁰，也就是說增上慧學皆重於三者：戒學、定學和慧學，戒學、定學和慧學三者也都增上。從《雜阿含經》第 820 經的記載可以清楚地知道三學的先後次第和順序，也就是說：有戒才有定、有戒和有定才有慧。

從上引文也可以知道，圓滿「增上戒學」為沙門四果中的「須陀洹」，「須陀洹」亦斷了三結：身見（我見）、戒取見（邪戒見）、疑見（懷疑正法見），並且不墮惡道；而圓滿「增上意學」為沙門四果中的「阿那含」，「阿那含」亦斷了五下分結：身見（我見）、戒取見（邪戒見）、疑見（懷疑正法見）、貪欲和瞋恚，並且不再生於此世；最後，圓滿「增上慧學」為沙門四果中的「阿羅漢」，證得阿羅漢果位即為超脫輪迴。

而《雜阿含經》第 820 經可以對照南傳大藏經《增支部》3 集第 87 經，以下引文：

「諸比丘！此百五十餘學處於每半月誦。欲得利益之善男子應學此。諸比丘！此等三學，此〔百五十餘學處之〕一切，即被攝於其中。云何為三耶？」

是增上戒學、增上心學、增上慧學，諸比丘！此等三學，此〔百五十餘學處之〕一切，即被攝於其中。

諸比丘！世間有比丘，戒行全分，定行全分，慧行全分。凡是細、隨細之學處，彼雖犯此，亦還於淨。何以故？諸比丘！我若不說此中〔雖為聖人〕亦無堪能者。然而，凡於根本之淨行〔及〕順應於淨行中，彼戒確固，又安住於戒而受學學處，彼漏盡故，於現法自知無漏心解脫、慧解脫已、作證、具足而住。

¹¹⁸ 《雜阿含經》卷 29，CBETA 2023.Q1, T02, no. 99, p. 210b21-23。

¹¹⁹ 《雜阿含經》卷 29，CBETA 2023.Q1, T02, no. 99, p. 210c1-2。

¹²⁰ 《雜阿含經》卷 29，CBETA 2023.Q1, T02, no. 99, p. 210c6-8。

復次，或有未勝於此，未通達者，因五順下分結盡故，成為中間般涅槃；復次，或有未勝於此，未通達者，五順下分結盡故，成為損害般涅槃……無行般涅槃……有行般涅槃……成為上流……行於色究竟；復次，或有未勝於此，未通達者，因三結盡故，貪、瞋、癡薄故成為一來，唯來此世一次而作苦之邊際。復次，或有未勝於此，未通達者，因三結盡故，成為一種子，唯起一人性而作苦之邊際。復次，或有未勝於此，未通達者，因三結盡故成為家家，輪迴流轉於二或三家，而作苦之邊際。復次，或有未勝於此，未通達者，因三結盡故，成為七返，以七返為極，輪迴流轉於天中及人中，而作苦之邊際。

諸比丘！如是全分之行者，即成就全分，一分之行者，即〔成就〕一分。諸比丘！無論如何，我說學處是不唐捐。」¹²¹

從上引《增支部經典》的文可以知道，《增支部經典》稱三學為「增上戒學、增上心學、增上慧學」，「戒行全分」的意思即為全分圓滿「增上戒學」、「定行全分」的意思即為全分圓滿「增上心學」、「慧行全分」的意思即為全分圓滿「增上慧學」，而後又有斷三結或斷五結的分別，但是三種學處也可以成就一分，一分也有一分的成就，所以三種學處一點也不會唐捐，也不會浪費，對解脫都是有幫助的。

筆者認為，在現代社會，無論是奢摩他（定）式的禪修或是毘婆舍那（慧）式的禪修，無論是話頭禪（臨濟宗）或是默照禪（曹洞宗），皆在亞洲和西方社會皆很流行，但值得注意的是，我們必須先了解三學：戒、定、慧三者是有先後順序的，若沒有戒學方面的學習，定則無法產生，除了原本就清淨嚴格持戒的人之外，若人犯了罪，或是犯了戒，無論性罪或遮罪，則必須懺悔，懺悔以後才能得到戒學方面的清淨與圓滿戒學，有了戒學方面的清淨和圓滿戒學，則才能進入禪定的心理狀態，順利到達禪定之後，進而才有解脫的智慧。

第二節 初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係

根據《中阿含經》第 133 經大品優婆離經記載：身、口、意三業當中又以意業為最重要，其引文如下：

長苦行尼捷問曰：「瞿曇施設幾業，令不行惡業，不作惡業。」

世尊又復答曰：「苦行！我施設三業，令不行惡業，不作惡業。云何為三？身業、口業及意業也。」

¹²¹ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《增支部經典》，CBETA 2024.R1, N19, no. 7, pp. 334a06-335a9。

長苦行尼捷問曰：「瞿曇！身業異、口業異、意業異耶？」世尊又復答曰：「苦行！我身業異、口業異、意業異也。」

長苦行尼捷問曰：「瞿曇！此三業如是相似，施設何業為最重，令不行惡業，不作惡業？為身業、口業，為意業耶？」

世尊又復答曰：「苦行！此三業如是相似，我施設意業為最重，令不行惡業，不作惡業。身業、口業則不然也。」

長苦行尼捷問曰：「瞿曇！施設意業為最重耶？」世尊又復答曰：「苦行！我施設意業為最重也。」

長苦行尼捷復再三問曰：「瞿曇！施設意業為最重耶？」世尊亦再三答曰：「苦行！我施設意業為最重也。」於是，長苦行尼捷再三審定世尊如此事已，即從座起，繞世尊三匝而退還去，往詣尼捷親子所。¹²²

從上文可以見得：三業當中，以意業為最根本和最嚴重，且意業可以使人不行惡業與不作惡業，換句話說，身業和口業的發動都仰賴意業的策發，意業即是身業和口業的源頭和動機。《中阿含經》第 133 經大品優婆離經可以與巴利三藏《中部經典》第 56 經作對照，原文如下：

如是言已，離繫派長苦行者白世尊曰：「卿瞿曇！然則，對惡業之成熟、發起，汝施設若干罰耶？」〔世尊曰：〕「苦行者！如來不常施設『罰也，罰也』。苦行者！如來是常施設『業也，業也。』」〔苦行者曰：〕「卿瞿曇！對惡業之成熟、發起，汝施設若干業耶？」〔世尊曰：〕「苦行者！對惡業之成熟、發起，予施設三業，即身業、口業、意業也。」苦行者曰：「卿瞿曇！其身業、口業、意業為各異耶？」〔世尊曰：〕「苦行者！其身業、口業及意業為各異也。」〔苦行者曰：〕「卿瞿曇！如是各別，如是特殊之此等三業中，對此惡業之成熟、發起，汝施設何業為最重罪耶？身業耶？口業耶？抑意業耶？」〔世尊曰：〕「苦行者！如是各別，如是特殊之此等三業中，對惡業之成熟、發起，予以施設意業為最重罪也。身業不然、口業亦不然。」〔苦行者曰：〕「卿瞿曇！汝言『意業為最重罪也』耶？」〔世尊曰：〕「苦行者！予言『意業也』」……乃至……「卿瞿曇！汝言『意業也』耶？」〔世尊曰：〕「苦行者！予言『意業也』。」如是，

¹²² 《中阿含經》卷 32，CBETA 2024.R1, T01, no. 26, p. 628b19-c7。

離繫派長苦行者對世尊，實就此論點，至第三次確定後，由座起立，詣離繫派若提子處。¹²³

從上文可知，佛陀認為惡業的成熟與發起，以意業為最重罪和源頭；然而，初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係為何？筆者認為，懺悔也有賴於意業的發起與策動，在上一章（第二章）的第二節，筆者已經提過四阿含經懺悔情節的特徵要件，其中一個特徵要件為：懺悔主體心理自見罪或自知罪，而懺悔主體要如何先於心理產生自見罪或自知罪？則有賴於意業的慚愧心，簡而言之，懺悔的先決條件為：意業的慚愧心，在本章（第三章）的下一節（第三節），筆者將會探討何謂「慚愧心」。

筆者也認為，當人在懺悔之後，若確實沒有再犯，懺悔主體會由於身口的行為加以規範，使其不再犯罪或犯戒，行為的改變會造成大腦的改變，大腦又去影響身口行為，造成身心互相影響，呈現好的循環，而所謂的「大腦」、「心」和「心理」都是指佛教中的「意業」，佛教最注重意業和內在動機，而身業和口業都是由於意業的發起和策動。

第三節 四阿含經懺悔情節的特徵要件及其心理意涵

在本論文第二章初期佛教懺悔的第二節已經分析出四阿含經中懺悔情節的特徵，也將內容對照了巴利三藏《相應部》、《長部》、《中部》和《增支部》，總結分析出有 5 個特徵要件，分別是：一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象，二、懺悔主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，本節將一一說明這 5 個特徵要件所表示的心理意涵。

一、第一個特徵要件的心理意涵

關於第一個特徵要件：有一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象，筆者也在第二章第二節四阿含經懺悔情節的特徵要件中已經探討：接受懺悔的對象也一定要是當事人（除非當事人受到殺害而不在人世間），俗話說：「冤有頭，債有主」，就是這個道理，必定有一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象為初期佛教懺悔的特徵，若論及大乘佛教普遍對佛像懺悔是否有效？若以初期佛教懺悔的標準來看，佛像是一種物體（非人），大乘佛教中單對佛像懺悔是否是一種「責心懺」？筆者先不論大乘佛教單對佛像懺悔的做法是否是一種「責心懺」，其實，現代人已沒有很注重「作法懺」，考量到現代人的風俗民情和習慣，有時因緣俱

¹²³ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《中部經典》，CBETA 2024.R1, N10, no. 5, pp. 118a09-119a7。

足才有可能比較有機會向當事人懺悔，若沒有向當事人懺悔，是否有那麼嚴重？如《中阿含經》第 11 經業相應品鹽喻經所記載：善業如水，可以稀釋惡業（惡業如鹽巴），鹽多水少則死後有可能會受地獄苦果之報，鹽少水多則轉而變成現世報的重報輕受，筆者認為，其實，若平常仍然堅持努力於斷惡修善，則雖然沒有懺悔，多做善事或心存善念仍然也是可以彌補沒有懺悔的情況。

在本論文第二章第三節：初期佛教出家人的戒罪及其懺悔方式，筆者發現：出家人犯的罪越輕，懺悔對象或羯磨人數越少，相反來說，出家人犯的罪越重，則懺悔對象或羯磨人數越多，筆者個人認為與猜測，這樣的狀況是可以理解的，因為所犯罪行的嚴重程度和懺悔的強度需要一致，所以有這樣的情形產生。

二、第二個特徵要件的心理意涵

在初期佛教的文獻中，要如何做出一個真正有效的懺悔？在上一章節第二章第二節已經探討了四阿含經懺悔情節的特徵要件，其中，第二個特徵要件即是：懺悔主體心理自見罪或自知罪，要如何見到自己犯罪或要如何自己知道犯罪？首先，就必須要有先決條件：慚愧心，以下將會探討慚愧心的內涵和定義。

（一）何謂慚愧心

用來解釋初期佛教經典的阿毗達磨當中有記載，所謂的十大善地法即有慚愧心，根據《阿毘達磨品類足論》卷 2〈4 辯七事品〉有云：「十大善地法云何？謂信、勤、慚、愧、無貪、無瞋、輕安、捨、不放逸、不害」¹²⁴，可見得，慚、愧二法是阿毗達磨中的心所法之一。

而無慚和無愧也是屬於佛教中所定義的煩惱，根據《眾事分阿毘曇論》卷 1〈1 五法品〉有云：

云何煩惱上煩惱？所謂煩惱即是上煩惱。復有上煩惱非煩惱，謂除煩惱，若餘染污行陰。云何纏？有八纏，謂睡、眠、掉、悔、慳、嫉、無慚、無愧（於十纏中無忿覆也）。¹²⁵

又《阿毘達磨品類足論》卷 1〈1 辯五事品〉有云：「纏有八種，謂昏沈、掉舉、睡眠、惡作、嫉、慳、無慚、無愧」¹²⁶，可以見得，無慚和無愧即是阿毗達磨中所定義的八種煩惱之一。

¹²⁴ 《阿毘達磨品類足論》卷 2〈4 辯七事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1542, p. 698c11-12。

¹²⁵ 《眾事分阿毘曇論》卷 1〈1 五法品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1541, p. 628b3-6。

¹²⁶ 《阿毘達磨品類足論》卷 1〈1 辯五事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1542, p. 693c20-21。

而阿毗達磨中所謂的「五法」為何？根據《阿毘達磨界身足論》卷1〈1 本事品〉記載：「五法云何？一、尋；二、伺；三、識；四、無慚；五、無愧」¹²⁷，而《阿毘達磨品類足論》卷2〈4 辯七事品〉也同樣記載了五法：「五法云何？謂尋、伺、識、無慚、無愧」¹²⁸，但是在《眾事分阿毘曇論》卷2〈4 分別七事品〉當中，覺和觀則替換了尋和伺，以下引文：「云何五法？謂覺、觀、識、無慚、無愧」¹²⁹，但是無慚和無愧仍然是屬於五法，可見得，慚和愧、無慚和無愧都分別是阿毗達磨中重要的善心所和不善心所。

1. 何謂「慚」、「無慚」

「慚」的巴利文是 hiri，巴利文 hiri 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，有「羞恥感」、「羞怯」、「害羞的」的意思¹³⁰。

在阿毗達磨中，又是如何來解釋「慚」？根據《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉，有以下記載：

慚云何？答：如世尊說，諸有慚者，於可慚法而生於慚。可慚法者，謂諸惡不善法，乃至順當來生老死。彼於如是惡不善法生時，有慚、有所慚、有別慚，有羞、有所羞、有別羞，有崇敬、有所崇敬，有隨屬、有所隨屬，於自在者有怖畏轉，是謂慚。¹³¹

從經文中，可以知道，「慚」的定義即：若人在惡法和不善法生起時，或若人於心情自在時的不善法，而有慚、羞恥、恭敬、崇敬、恐懼怖畏等心，則是謂「慚」；又《阿毘達磨品類足論》卷3〈4 辯七事品〉也有以下記載：

慚云何？謂慚等慚各別慚、羞等羞各別羞、厭等厭各別厭、毀等毀各別毀，有尊有敬、有所自在、有自在轉、有所畏忌、不自在行，是名為慚。

¹³²

從經文中，也可以知道，「慚」有羞恥、討厭、尊敬、於自在時的不善法有所恐懼等心，是謂「慚」；在《阿毘曇八韃度論》卷2也有這樣的記載：「云何慚？答曰：可慚慚、可避避、可避他、恭敬、善恭敬、善往來，是謂為慚」¹³³，從文中

¹²⁷ 《阿毘達磨界身足論》卷1〈1 本事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1540, p. 614b26-27。

¹²⁸ 《阿毘達磨品類足論》卷2〈4 辯七事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1542, p. 698c20。

¹²⁹ 《眾事分阿毘曇論》卷2〈4 分別七事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1541, p. 634b4。

¹³⁰ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?page=732 (2024/4/11)

¹³¹ 《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1536, pp. 369c28-370a4。

¹³² 《阿毘達磨品類足論》卷3〈4 辯七事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1542, p. 700a10-13。

¹³³ 《阿毘曇八韃度論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1543, p. 779b13-15。

可以知道，「慚」也有避開不善法或不善他人、恭敬、擅長與人互動的意思。而在《阿毘達磨發智論》也有以下記載：

云何慚？答：諸有慚、有所慚、有異慚，有羞、有所羞，有異羞，有敬、有敬性，有自在、有自在性。於自在者有怖畏轉，是謂慚。¹³⁴

在此經文當中，可以知道，「慚」的意思即是有慚、有所慚、有特別不平常的慚、有羞恥、有所羞恥、有特別不平常的羞恥、有恭敬、有恭敬性、有自在、有自在性，並且於自在時的不善法有所怖畏且有所改變，是為「慚」。

關於「慚」的相反詞「無慚」，在阿毘達磨中也有所定義與記載，在《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉中說道：

無慚云何？答：如世尊說，有無慚者，於可慚法而不生慚。可慚法者，謂諸惡不善法，順雜染、順後有，有熾然苦異熟，順當來生老死。彼於如是惡不善法生時，無慚、無所慚、無別慚，無羞、無所羞、無別羞，無崇敬、無所崇敬，無隨屬、無所隨屬，於自在者無怖畏轉，是謂無慚。¹³⁵

在此經文當中，「無慚」是對可慚法而不生慚，何謂「可慚法」？「可慚法」即是惡法、不善法、順雜染之業、順後有、順當來生老死、苦的異熟果；「無慚」即是對於惡法、不善法和苦果沒有慚、無所慚、無各個產生慚心、無羞恥、無所羞恥、無各個產生羞恥心、沒有恭敬心、無所恭敬、沒有隨屬善法、無所隨屬善法，並於自在時的不善法沒有怖畏且沒有改變。又《阿毘曇八犍度論》卷2也有這樣的記載：

云何無慚？答曰：可慚不慚、可避不避，亦不避他、不恭敬、不善恭敬、不善往來，是謂無慚。¹³⁶

此經文當中所定義的「無慚」，即是於諸不善法可以慚而不慚、可以避開而不避開、不恭敬也不擅長恭敬、也不擅長人際往來；在《阿毘達磨發智論》卷2亦有記載「無慚」，引文如下：

云何無慚？答：諸無慚、無所慚、無異慚，無羞、無所羞、無異羞，無敬、無敬性，無自在、無自在性。於自在者，無怖畏轉，是謂無慚。¹³⁷

¹³⁴ 《阿毘達磨發智論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1544, p. 925a5-7。

¹³⁵ 《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1536, p. 369c16-22。

¹³⁶ 《阿毘曇八犍度論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1543, p. 779b7-9。

¹³⁷ 《阿毘達磨發智論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1544, p. 924c26-28。

此《阿毘達磨發智論》對於「無慚」的定義即為：對於諸不善法無慚、無所慚、沒有特別不平常的慚、沒有羞恥、無所羞恥、沒有特別不平常的羞恥、沒有恭敬、沒有恭敬性、沒有自在、沒有自在性，且於自在時的諸不善法沒有怖畏且沒有改變，是謂「無慚」。

從上面這些引文可以看出，「慚」種種引文的涵義大體上是差不多的，「無慚」種種引文的涵義也可以說是大體上差不多，但是在《舍利弗阿毘曇論》裡面的「無慚」，卻有其特別的涵義，以下引文：

何謂無慚？若自作惡內心不悔，是名無慚。復次無慚，若人無慚，於可恥法不恥、於惡不善法不恥，是名無慚。¹³⁸

在《舍利弗阿毘曇論》裡面的「無慚」，其涵義為：對自己造的惡業而感到內心不後悔，或是於可恥的諸不善法不感到羞恥，而下面會探討的「愧」和「無愧」，在《舍利弗阿毘曇論》也有異於不同一些阿毗達磨經典的涵義，《舍利弗阿毘曇論》認為：「慚」是對於「自己」而言、「愧」是對於「他人」而言，而這樣的定義也比較被現代人所熟知。

總結來說，「慚」的涵義即是「對於人在心情自在時的惡法和不善法有所羞恥、討厭、恭敬、恐懼怖畏、避開、有所改變且擅長與人互動」的意思；而「無慚」則有「對於自在時的惡法和不善法沒有慚、沒有羞恥、沒有恭敬、沒有隨屬善法、沒有怖畏、沒有改變、沒有避開且不擅長與人互動」的意思；然而，在《舍利弗阿毘曇論》裡面的「無慚」，是以觀自身的角度而言，其定義為：「對『自己』造的惡業和不善法不感到後悔與羞恥」。

2. 何謂「愧」、「無愧」

「愧」的巴利文是 *ottappa*，巴利文 *ottappa* 根據 *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*，有「怕造惡」、「怕犯罪」、「後悔」和「自責」的意思¹³⁹。

「愧」的涵義在阿毗達磨又是怎樣的面貌？在《阿毘達磨集異門足論》卷 1〈3 二法品〉中有言：

愧云何？答：如世尊說，諸有愧者，於可愧法而生於愧。可愧法者，謂諸惡不善法，乃至順當來生老死。彼於如是惡不善法生時，有愧、有所愧、有別愧，有恥、有所恥、有別恥，於諸罪中有怖有畏，能見怖畏是謂愧。

¹³⁸ 《舍利弗阿毘曇論》卷 18〈11 煩惱品〉，CBETA 2024.R1, T28, no. 1548, p. 650c3-5。

¹³⁹ Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925, https://dsal.uchicago.edu/cgi-bin/app/pali_query.py?qs=ottappa&searchhws=yes&matchtype=exact (2024/4/11)

從上引文可以知道，「愧」在《阿毘達磨集異門足論》中的定義即為：於惡法和不善法乃至生老病死的苦果有愧、有所愧、有羞恥、有所羞恥，並於諸罪中有怖畏與能見怖畏。又《阿毘達磨品類足論》卷3〈4 辯七事品〉也有這樣的記載：

愧云何？謂愧等愧各別愧、恥等恥各別恥、厭等厭各別厭、毀等毀各別毀，怖罪懼罪、於罪見怖，是名為愧。¹⁴¹

在《阿毘達磨品類足論》中，「愧」的定義為：對於罪有所害怕怖畏，且對於各個罪都有愧心、有羞恥心、有討厭、有毀等。而在《阿毘曇八犍度論》卷2有云：「云何為愧？答曰：可愧愧、可羞羞、可羞他、惡事畏、見惡事畏，是謂愧」¹⁴²，在《阿毘曇八犍度論》中的「愧」即是：對於惡不善法有愧、有羞恥、且面對他人時也感到羞恥，再者，對於自己的惡事有所害怕怖畏，單純看見別人的惡事也有所害怕怖畏。在《阿毘達磨發智論》卷2亦云：

云何愧？答：諸有愧、有所愧、有異愧，有恥、有所恥、有異恥。於諸罪中有怖、有畏、深見怖畏，是謂愧。¹⁴³

在《阿毘達磨發智論》中的「愧」的定義即是：對於諸罪有愧、有所愧、有特別不平常的愧、有羞恥、有所羞恥、有特別不平常的羞恥，並且也有深深地害怕怖畏。

關於「愧」的相反詞「無愧」，筆者一樣探討《阿毘達磨集異門足論》、《阿毘曇八犍度論》、《阿毘達磨發智論》和《舍利弗阿毘曇論》對於「無愧」的定義，根據《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉記載：

無愧云何？答：如世尊說，有無愧者，於可愧法而不生愧。可愧法者，謂諸惡不善法，乃至順當來生老死。彼於如是惡不善法生時，無愧、無所愧、無別愧，無恥、無所恥、無別恥，於諸罪中不怖不畏，不見怖畏是謂無愧。¹⁴⁴

在《阿毘達磨集異門足論》當中，「無愧」即是對「可愧法」不生愧，而何謂「可愧法」？「可愧法」即是諸惡法、不善法、生老病死苦和罪，所以，「無

¹⁴⁰ 《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1536, p. 370a4-9。

¹⁴¹ 《阿毘達磨品類足論》卷3〈4 辯七事品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1542, p. 700a13-15。

¹⁴² 《阿毘曇八犍度論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1543, p. 779b15-16。

¹⁴³ 《阿毘達磨發智論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1544, p. 925a8-10。

¹⁴⁴ 《阿毘達磨集異門足論》卷1〈3 二法品〉，CBETA 2024.R1, T26, no. 1536, p. 369c22-27。

愧」即是對於諸惡法、不善法、生老病死苦和諸罪無愧、無所愧、無各個產生愧、無羞恥、無所羞恥、無各個產生羞恥，且沒有害怕怖畏。而在《阿毘曇八犍度論》卷 2 也有這樣的記載：

云何無愧？答曰：若不愧、不善愧、不愧他、可羞不羞不羞他、不畏惡事、惡事不見畏，是謂無愧。¹⁴⁵

在《阿毘曇八犍度論》中的「無愧」即是對於惡事不愧、無擅長愧、不愧他人、不感到羞恥、不對他人感到羞恥，而且對於惡事也不害怕怖畏，是謂「無愧」。又《阿毘達磨發智論》卷 2 也有這樣的記載：

云何無愧？答：諸無愧、無所愧、無異愧，無恥、無所恥、無異恥。於諸罪中不怖、不畏、不見怖畏，是謂無愧。¹⁴⁶

在《阿毘達磨發智論》中的「無愧」即是：對於諸罪沒有愧、無所愧、沒有特別不平常的愧，對於諸罪也無羞恥、無所羞恥、沒有特別不平常的羞恥，且對於諸罪也沒有害怕怖畏。

從上面這些引文可以看出，「愧」種種引文的涵義大體上是差不多的，「無愧」種種引文的涵義也可以說是大體上差不多，但是在《舍利弗阿毘曇論》裡面的「無愧」，卻有其特別的涵義，以下引文：

何謂無愧？若自作惡，不羞他人，是名無愧。復次無愧，若人不愧，於可羞法不羞、於惡不善法不羞，是名無愧。¹⁴⁷

《舍利弗阿毘曇論》裡面的「無愧」，則是對於惡法和不善法不感到羞恥，且對於已經造的惡業和罪行都不對「他人」感到羞恥，《舍利弗阿毘曇論》認為：「慚」是觀「自己」而言、「愧」是觀「他人」而言。

總結來說，「愧」的涵義即是「對於惡法、不善法、生老病死的苦果和諸罪行有羞恥、有害怕怖畏及有毀，單純看見別人的惡事也會有所害怕怖畏，面對他人的時候也感到羞恥」的意思；而「無愧」的涵義則是「對於諸惡法、不善法、生老病死苦、諸罪行和諸惡事沒有羞恥、不擅長羞恥及沒有害怕怖畏，且對於已經造的惡業和罪行都不對『他人』感到羞恥」的意思；然而，在《舍利弗阿毘曇論》裡面的「無愧」，是以觀他人的角度而言，其定義為：「對惡法和不善法不感到羞恥，且對於已經造的惡業和罪行都不對『他人』感到羞恥」。

¹⁴⁵ 《阿毘曇八犍度論》卷 2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1543, p. 779b9-11。

¹⁴⁶ 《阿毘達磨發智論》卷 2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1544, pp. 924c29-925a2。

¹⁴⁷ 《舍利弗阿毘曇論》卷 18〈11 煩惱品〉，CBETA 2024.R1, T28, no. 1548, p. 650c5-7。

3. 「慚」和「愧」的差別、「無慚」和「無愧」的差別

關於「慚」和「愧」的差別，根據《阿毘曇八犍度論》卷2記載：「慚、愧有何差別？答曰：善往來慚，惡事見惡事怖愧，慚愧是謂差別。」¹⁴⁸，可見得，「慚」是指擅長於人際互動往來，「愧」則是對於惡事感到害怕怖畏；在《阿毘達磨發智論》卷2也有這樣的記載：「慚、愧，何差別？答：於自在者有怖畏轉，是慚；於諸罪中深見怖畏，是愧。如是差別。」¹⁴⁹，在《阿毘達磨發智論》中，「慚」即是對於在心情自在時的惡法有所害怕怖畏與有所改變，「愧」則是對於諸罪行深深地感到害怕怖畏。

關於「無慚」和「無愧」的差別，根據《阿毘曇八犍度論》卷2記載：「無慚、無愧有何差別？答曰：不善往來無慚，惡事不見畏無愧，無慚、無愧是謂差別。」¹⁵⁰，可以見得，在《阿毘曇八犍度論》中，「無慚」即是不擅長於人際互動往來，「無愧」即是對於惡事沒有害怕怖畏；在《阿毘達磨發智論》卷2也有這樣的記載：

無慚、無愧有何差別？答：於自在者無怖畏轉，是無慚；於諸罪中不見怖畏，是無愧。如是差別。¹⁵¹

在《阿毘達磨發智論》當中，「無慚」即是對於自己心情自在時的惡法沒有害怕與沒有改變，「無愧」即是對於諸罪行當中沒有害怕，此即為兩者差別。

然而，在《阿毘達磨俱舍論》卷4〈2 分別根品〉當中，也有類似於《舍利弗阿毘曇論》裡面的定義，其引文如下：

有餘師說：於所造罪自觀無恥名曰無慚，觀他無恥說名無愧。若爾，此二所觀不同，云何俱起？不說此二一時俱起別觀自他。然有無恥，觀自時勝說名無慚。復有無恥，觀他時增說為無愧。慚愧差別翻此應知，謂翻初釋有敬有崇、有所忌難、有所隨屬說名為慚，於罪見怖說名為愧。翻第二釋，於所造罪自觀有恥說名為慚，觀他有恥說名為愧。¹⁵²

在《阿毘達磨俱舍論》當中，對於「無慚」的定義即為對於「自己」沒有羞恥，相反地來說，「慚」的定義即是觀「自己」有羞恥；而「無愧」的定義即為對於「他人」沒有羞恥，相反地來說，「愧」的定義即是觀「他人」有羞恥；而後又

¹⁴⁸ 《阿毘曇八犍度論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1543, p. 779b16-18。

¹⁴⁹ 《阿毘達磨發智論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1544, p. 925a10-11。

¹⁵⁰ 《阿毘曇八犍度論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1543, p. 779b11-13。

¹⁵¹ 《阿毘達磨發智論》卷2，CBETA 2024.R1, T26, no. 1544, p. 925a2-4。

¹⁵² 《阿毘達磨俱舍論》卷4〈2 分別根品〉，CBETA 2024.R1, T29, no. 1558, p. 21a17-25。

補充說明：「慚」即是有恭敬、有所顧忌以及有所隨屬善法，「愧」即是對於諸罪行有害怕怖畏。

綜上所述，在阿毗達磨的一些經典當中，「慚」的涵義為「對於人在心情自在時的惡法和不善法有所羞恥、討厭、恭敬、恐懼怖畏、避開、有所改變且擅長與人互動」的意思，而「無慚」則有「對於自在時的惡法和不善法沒有慚、沒有羞恥、沒有恭敬、沒有隨屬善法、沒有怖畏、沒有改變、沒有避開且不擅長與人互動」的意思；「愧」的涵義即是「對於惡法、不善法、生老病死的苦果和諸罪行有羞恥、有害怕怖畏及有毀，單純看見別人的惡事也會有所害怕怖畏，面對他人的時候也感到羞恥」的意思，而「無愧」的涵義則是「對於諸惡法、不善法、生老病死苦、諸罪行和諸惡事沒有羞恥、不擅長羞恥以及沒有害怕怖畏」。但是在《舍利弗阿毘曇論》和《阿毘達磨俱舍論》這兩部論中，「慚」和「無慚」是觀「自己」而言，「愧」和「無愧」是觀「他人」而言。根據巴利文原文的意思，「慚」hiri 確實有「羞恥」的意思，而「愧」ottappa 確實有「怕造惡」的意思，比對阿毗達磨諸論中的定義，巴利文原文的意思和阿毗達磨的解釋兩者確實是大同小異且差不多的。

（二）慚愧心和解脫的關係

關於慚愧和解脫的關係，佛經中多有記載，例如：《中部經典》記載：「無慚者欲般涅槃，應先有慚。無愧者欲般涅槃，應先有愧」¹⁵³，可以見得，人若要到達般涅槃，則必須先有慚與有愧。而在《增支部經典》也有這樣的記載：

「諸比丘！慚愧不具時，損缺慚愧者，損毀根防護之所依；根防護不具時，損缺根防護者，損毀戒之所依；戒不具時，損缺戒者，損毀正定之所依；正定不具時，損缺正定者，損毀如實智見之所依；如實智見不具時，損缺如實智見者，損毀厭背離貪之所依；厭背離貪不具時，損缺厭背離貪者，損毀解脫智見之所依。諸比丘！譬如損缺樹之枝葉時，其幼芽不圓滿，皮、木、心亦皆不圓滿。」¹⁵⁴

「諸比丘！慚愧具有時，具足慚愧者，具足根防護之所依；具有根防護時，具足根防護者，具足戒之所依；具有戒時，具足戒者，具足正定之所依；具有正定時，具足正定者，具足如實智見之所依；具有如實智見時，具足如實智見者，具足厭背離貪之所依；具有厭背離貪時，具足厭背離貪者，具足解脫智見之所依。諸比丘！譬如具足樹之枝葉時，其幼芽圓滿，皮、木、心亦皆圓滿。」¹⁵⁵

¹⁵³ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《中部經典》，CBETA 2023.Q4, N09, no. 5, p. 58a11。

¹⁵⁴ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《增支部經典》，CBETA 2023.Q4, N22, no. 7, p. 294a4-8。

¹⁵⁵ 《漢譯南傳大藏經》（元亨寺版），《增支部經典》，CBETA 2023.Q4, N22, no. 7, p. 294a10-14。

從上文可知，不具慚愧則缺損六根防護之所依，不具六根防護之所依則缺損戒之所依，不具戒之所依則缺損正定之所依，不具正定之所依則缺損實智見所依，不具實智見所依則缺損厭背離貪之所依，不具厭背離貪之所依則缺損解脫智見之所依，如一棵樹缺損枝葉，則其幼芽、樹皮、樹木、樹心都會不圓滿；反過來說，具慚愧則具六根防護之所依，具六根防護之所依則具戒之所依，具戒之所依則具正定之所依，具正定之所依則具實智見所依，具實智見所依則具厭背離貪之所依，具厭背離貪之所依則具解脫智見之所依，如一棵樹具足枝葉，則其幼芽、樹皮、樹木、樹心都會圓滿。

筆者認為，此上文可以先從佛教中的「十八界」來看，首先，「根」即是「六根」，人在接觸外在刺激時使用的就是六根，分別是眼、耳、鼻、舌、身、意，當然，佛陀在人間講法，是以人類為本在講法，無色界天沒有六根中的五根，則不適用，無色界天也不在本論文的討論範圍之內，而外在刺激在接觸六根之後，經由神經傳導到大腦，對應的則是「六塵」，即是色、聲、香、味、觸、法，關於大腦在這處理過程中扮演的角色，可以用「五蘊」來說明，也就是五蘊裡面的四個蘊：受、想、行、識皆由大腦來完成，六根和六塵之後，則有「六識」：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識的產生，而六根、六塵和六識統稱為「十八界」，若沒有慚愧心，則沒有六根防護之所依，意即也沒有十八界之所依了！接下來則是戒、定、慧三學的順序，若沒有慚愧心，則沒有根防護之所依，若沒有根防護之所依，則沒有戒學方面的所依，最後也會導致沒有定與沒有智慧，所以慚愧心是為了到達解脫智慧最基礎且最基本須具備的心。

在《雜阿含經》第 690 經也有這樣的記載：

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「有七力……」如上說。差別者，爾時，世尊即說偈言：

「信力精進力， 及說慚愧力，
念力定慧力， 是名為七力。
七力成就者， 疾斷諸有漏。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。¹⁵⁶

¹⁵⁶ 《雜阿含經》卷 26，CBETA 2023.Q4, T02, no. 99, p. 188a12-18。

從上文可知，所謂的七力即是信力、精進力、慚力、愧力、念力、定力和慧力，有這七力成就者，則可以斷諸煩惱。又《雜阿含經》第 749 經也有這樣的記載：

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「若無明為前相，故生諸惡不善法。時，隨生無慚、無愧；無慚、無愧生已，隨生邪見；邪見生已，能起邪志、邪語、邪業、邪命、邪方便、邪念、邪定。若起明為前相，生諸善法。時，慚愧隨生，慚愧生已，能生正見，正見生已，起正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定，次第而起。正定起已，聖弟子得正解脫貪欲、瞋恚、愚癡。如是聖弟子得正解脫已，得正知見：『我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。』」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。¹⁵⁷

從上文可知，由於無明煩惱，所以生不善法，隨生無慚無愧，且隨生邪見、邪志、邪語、邪業、邪命、邪方便、邪念和邪定；相反地，由於沒有煩惱，所以生善法，隨生慚愧，且次第隨生八正道，因而此佛弟子可以解脫貪、瞋、癡，而證得不受後有的阿羅漢果；可以見得，沒有煩惱而後隨生慚愧，是解脫貪、瞋、癡三毒煩惱和證得不受後有阿羅漢果的必要條件。在《雜阿含經》第 1243 經中也有所謂的「二淨法」，「二淨法」即是：「慚、愧二法」¹⁵⁸，如下記載：

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「有二淨法，能護世間。何等為二？所謂慚、愧。假使世間無此二淨法者，世間亦不知有父母、兄弟、姊妹、妻子、宗親、師長尊卑之序，顛倒渾亂，如畜生趣。以有二種淨法，所謂慚、愧，是故世間知有父母，乃至師長尊卑之序，則不渾亂，如畜生趣。」

爾時，世尊即說偈言：

「世間若無有， 慚愧二法者，
違越清淨道， 向生老病死。
世間若成就， 慚愧二法者，
增長清淨道， 永閉生死門。」

¹⁵⁷ 《雜阿含經》卷 28，CBETA 2023.Q4, T02, no. 99, p. 198b14-25。

¹⁵⁸ 《雜阿含經》卷 47，CBETA 2023.Q4, T02, no. 99, p. 340c23-29。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。¹⁵⁹

從上文可知，佛陀也有說明若世間沒有慚愧二淨法，則師長尊卑之序顛倒混亂如畜生道、無法遵循清淨道與導向生老病死，若世間有慚愧二淨法，則師長尊卑長幼有序不混亂、增長清淨道與永必生老病死之門。而《中阿含經》長壽王品第 85 經說處經也有這樣的記載：

「阿難！我本為汝說七財，信財，戒、慚、愧、聞、施、慧財。阿難！此七財，汝當為諸年少比丘說以教彼，若為諸年少比丘說教此七財者，彼便得安隱，得力得樂，身心不煩熱，終身行梵行。」

「阿難！我本為汝說七力，信力，精進、慚、愧、念、定、慧力。阿難！此七力，汝當為諸年少比丘說以教彼，若為諸年少比丘說教此七力者，彼便得安隱，得力得樂，身心不煩熱，終身行梵行。」¹⁶⁰

從上文可知，所謂的「七財」即是：信財、戒財、慚財、愧財、聞財、施財和慧財，所謂的「七力」即是：信力、戒力、慚力、愧力、聞力、施力和慧力，若能夠教導他人「七財」和「七力」，則此人得安穩與得力得樂，且身心不煩熱、終身行梵行。在《長阿含經》卷 2 當中，若具足「七法」則佛法增長且無有損耗，引文如下：

佛告比丘：「復有七法，令法增長，無有損耗。何謂為七？一者有信，信於如來、至真、正覺，十號具足。二者知慚，恥於己闕。三者知愧，羞為惡行。四者多聞，其所受持，上中下善，義味深奧，清淨無穢，梵行具足。五者精勤苦行，滅惡修善，勤習不捨。六者昔所學習，憶念不忘。七者修習智慧，知生滅法，趣賢聖要，盡諸苦本。如是七法，則法增長，無有損耗。」¹⁶¹

從上文可以知道：若具足「七法」，則佛法增長且無有損耗，這「七法」即是：1. 信佛、2. 知慚（恥於己缺）、3. 知愧（羞為惡行）、4. 多聞以及梵行具足、5. 精進勤勞於苦行以及斷惡修善、6. 對於以前所學習到的佛法憶念不忘、7. 修習智慧。

¹⁵⁹ 《雜阿含經》卷 47，CBETA 2023.Q4, T02, no. 99, pp. 340c22-341a5。

¹⁶⁰ 《中阿含經》卷 21，CBETA 2023.Q4, T01, no. 26, p. 565b2-11。

¹⁶¹ 《長阿含經》卷 2，CBETA 2024.R1, T01, no. 1, p. 11c13-21。

綜上所述，有了慚愧心，則可以導向般涅槃、可以得解脫智見、可以斷煩惱、可以得阿羅漢果、可以讓世間尊卑長幼有序不混亂、可以增長清淨道、可以永必生老病死之門、可以讓佛法增長且無有損耗，所以慚愧心是解脫的必要條件。

三、第三個特徵要件的心理意涵

筆者在第二章第二節探討了四阿含經懺悔情節的特徵要件，總共有五個懺悔情節的特徵要件，第一個特徵要件為：有一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象，第二個特徵要件為：懺悔主體心理自見罪或自知罪，接下來，第三個特徵要件就必須進行「發露」的步驟，而第三個特徵要件為：懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機，何謂「發露」？「發露」即為「無覆藏罪行」、「沒有覆藏罪行」，也就是沒有隱藏犯罪的事實，除了發露罪行以外，也要發露「犯罪動機」，筆者在第二章第二節已經多所引用初期佛教三藏的原典，可以看出，懺悔主體（即犯罪人）大部份多會說出自己因為愚癡而犯罪，而所謂的「犯罪動機」即是造成此罪行的心理原因和意業原因，在佛教有所謂的「十善業」，「十善業」相反來說也就是「十惡業」，其中，身的惡業有三種：殺人、偷盜、邪淫，口的惡業有四種：妄語、綺語、兩舌、惡口，意的惡業有三種：貪、瞋、癡，而心理則是屬於意業方面而言，意的惡業即為十惡業中的「貪、瞋、癡」，「貪、瞋、癡」也是所謂的「三毒煩惱」、「無明煩惱」，是一切罪最根本的源頭，所以懺悔主體必須先口頭承認因為哪一些意業和心理上的無明煩惱而犯罪（例如：貪、瞋、癡），接下來，除了懺悔主體必須先口頭承認因為哪一些意業和心理上的無明煩惱而犯罪，並且也要心理明白與口頭說出自己犯了佛教中的哪一種罪行，而後才會知道要如何進行如法懺悔。

關於「發露罪行」的相反詞「覆藏罪行」，而「覆藏罪行」代表沒有如法懺悔，「覆藏罪行」會導致什麼後果呢？根據《彌沙塞部和醯五分律》記載，引文如下：

佛在瞻婆國恒水邊。爾時世尊十五日布薩時，與比丘眾前後圍遶，於露地坐，遍觀眾僧默然而住。初夜過已，阿難從坐起，前禮佛足，踟躕合掌，白佛言：「世尊！初夜已過，眾坐已久。願為諸比丘說戒！」世尊默然，阿難還坐。中夜過已，復如是白，佛亦默然。後夜復白言：「明相欲出，眾坐已久。願為諸比丘說戒！」佛語阿難：「眾不清淨，如來不為說戒。」

時目連作是念：「今此眾中誰不清淨，乃使世尊作如是語？」便遍觀察，見一比丘近佛邊坐，非比丘，自言比丘；非沙門，自言沙門；不修梵行，自言修梵行；成就惡法，覆藏其罪，不捨邪見。即從坐起，往到其前，語

言：「如來已見汝！汝出去，滅去，莫此中住！」便牽臂出著門外，還坐本處。佛語目連：「怪哉，目連！未曾有也！此愚癡人，不自知罪，乃使他人牽其臂出。」於是阿難復從坐起，白佛言：「世尊！眾已清淨。願為諸比丘說戒！」佛告阿難：「從今汝等自共說戒，吾不復得為比丘說。所以者何？若眾不清淨，如來為說，彼犯戒人，頭破七分。」¹⁶²

從上文可知，佛陀在晚年的時候不再為僧團布薩誦戒，是由於僧團裡面有人已經開始覆藏罪行，僧團不再是清淨的，佛陀也在此引文最後說：若佛向不清淨的僧團主持布薩誦戒，則犯戒人會有頭裂成七個部份的果報。在南傳大藏經《小部經典》的《自說經》也有這樣的記載：

如是我聞。爾時，世尊住舍衛城東園鹿母講堂。爾時，世尊於布薩日為比丘眾所圍繞而坐。時，尊者阿難於夜更初分過後，即從座起偏袒一肩，向世尊合掌如是白世尊言：「大德！今夜更初分已過，比丘眾久坐。大德！請世尊為諸比丘說波羅提木叉。」雖如此云已，世尊默然。尊者阿難於夜更中分過後，即從座起偏袒一肩再向世尊合掌，如是白世尊言：「大德！今夜更中分已過，比丘眾久坐。大德！請世尊為諸比丘說波羅提木叉。」雖如此云已，世尊唯默然。尊者阿難於夜更後分已過而夜明日昇，即從座起偏袒一肩，三度合掌向世尊，如是白世尊言：「大德！今夜更後分已過，夜明日昇，比丘眾久坐。大德！請世尊為比丘眾說波羅提木叉。」世尊如是曰：「阿難！此會眾不淨。」尊者大目犍連自思惟：「世尊言：『阿難！此會眾不淨。』世尊為何人而如是云。」尊者大目犍連以己心思惟統含比丘眾之心。尊者大目犍連已見污戒為惡法、有不淨邪惡業行，隱蔽己行，非沙門自稱沙門，非梵行者自稱梵行者，內心腐敗滿漏，持不淨性者坐此比丘眾中。見而起座近於彼者，作如是言：「汝起法友！汝為世尊所看破，汝勿住與比丘眾俱。」彼唯默然。尊者大目犍連再如是告彼曰：「汝起法友！汝為世尊所看破，汝勿住與比丘眾俱。」彼再唯默然。尊者大目犍連三度如是告彼言：「汝起法友！……乃至……勿住與比丘眾俱。」三度彼唯默然。尊者大目犍連捉彼腕驅出門外而下門。詣世尊前，如是白世尊曰：「大德！彼為我所驅出，會眾清淨。大德！請世尊為比丘等說波羅提木叉。」世尊曰：「目犍連！為不可思議。目犍連！為未曾有。能取其手留愚者之座。」世尊更如是告比丘曰：「汝等比丘！從今而後，我不行布薩，不說波羅提木叉。從今而後，汝等應自行布薩，說波羅提木叉。如來於不淨眾中行布薩說波羅提木叉者，此非正理，為不可能。」¹⁶³

¹⁶² 《彌沙塞部和醯五分律》卷 28，CBETA 2024.R1, T22, no. 1421, pp. 180c25-181a15。

¹⁶³ 《自說經》，CBETA 2024.R1, N26, no. 10, pp. 117a04-118a9。

從上文可知，佛陀因為僧團內部有人覆藏罪行，所以不為僧團主持布薩誦戒，而且說明：佛若在不清淨眾行布薩說戒，此非正理，是不可能的事情。在律部的《善見律毘婆沙》也有這樣的記載：

「以如是方便，一切過去諸佛以此偈教授波羅提木叉，此是諸佛壽命長短，是故如是說短壽。諸佛從菩提樹下，為聲聞弟子結戒，此是威德波羅提木叉，非如來說，諸聲聞弟子說，是故我等釋迦牟尼佛，從菩提樹下二十年中，皆說教授波羅提木叉。復一時於富婆僧伽藍，於眉伽羅母殿中，諸比丘坐已，佛語諸比丘：『我從今以後，我不作布薩，我不說教授波羅提木叉，汝輩自說。何以故？如來不得於不清淨眾布薩說波羅提木叉。』從此至今，聲聞弟子說威德波羅提木叉。」¹⁶⁴

林崇安在 2014 年於《內觀雜誌》所寫的文章〈釋尊時期比丘說法和布薩說戒的演變〉中有對於上面《善見律毘婆沙》的引文多做說明如下：

可知釋尊 55 歲之前是「說教授波羅提木叉」，由佛陀自說；55 歲起是「聲聞弟子說威德波羅提木叉」，由比丘自行布薩誦戒。這一時期開始，由於有犯重戒的比丘沒有擯出僧團，以及犯輕戒的沒有懺悔還淨，因而僧團不再是清淨的。此後，釋尊不參與僧眾布薩。釋尊雖不參與僧眾布薩，但仍繼續制戒並廣分別說。此時的《戒經》條數是「過一百五十學處」。

綜合《僧祇律》等的記載，聲聞弟子所誦的《戒經》是佛成道後五年開始制訂；十二年後將戒經的內容「廣分別說」。二十年後聲聞弟子們自誦威德波羅提木叉。¹⁶⁵

從林崇安的說明可以得知：佛陀 55 歲之前親自主持布薩誦戒，為「佛陀說教授波羅提木叉」，55 歲起則由僧團自己自行布薩誦戒，為「聲聞弟子說威德波羅提木叉」，而為何佛陀不再親自主持布薩誦戒？是由於犯重戒的比丘沒有擯出僧團，且犯清戒的比丘沒有如法懺悔，所以僧團不再是清淨的，佛陀因而不再親自主持布薩誦戒。

綜上所述，覆藏罪行與不如法懺悔能夠導致佛陀不再自己親自主持布薩誦戒，且若佛陀真的親自主持布薩誦戒於不清淨眾，則犯戒人也會有頭裂的果報；而根據佛教的因果業報法則，覆藏罪行與不如法懺悔也會讓此人可能有現世惡報或是未來惡報，也無益於解脫。

¹⁶⁴ 《善見律毘婆沙》卷 5〈舍利弗品〉，CBETA 2024.R1, T24, no. 1462, p. 708a3-14。

¹⁶⁵ 林崇安，〈釋尊時期比丘說法和布薩說戒的演變〉，《內觀雜誌》第 104 期，2014 年 4 月，頁 37。

四、第四個特徵要件的心理意涵

前面已經介紹過，四阿含經懺悔情節的特徵要件有五個，第一個為有懺悔的主體和接受懺悔的對象，第二個為懺悔主體心理自見罪或自知罪，第三個為懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機，現在則是要探討第四個特徵要件：懺悔主體承諾以後不再犯，此段落將要探討第四個特徵要件的心理意涵，所謂「承諾以後不再犯」，其有心理方面下定決心的因素，除了第二個特徵要件：懺悔主體心理自見罪或自知罪，此第二個特徵要件的前提需要有「慚愧心」之外，「承諾以後不再犯」代表此懺悔主體的願力和承諾，其心理方面下定決心願意給出承諾，也有願力的成份。

若懺悔主體在承諾以後不再犯之後，確實在行為方面也沒有再犯，筆者已經在本章第三章第二節：初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係這一個章節已經說明過：在懺悔之後確實沒有再犯，懺悔主體的身口行為方面加以規範，使其不再犯，行為的改變會造成大腦的改變，大腦又去影響身口行為，造成身心互相影響，呈現好的循環，而所謂的「大腦」、「心」、「心理」都是指佛教的「意業」。

五、第五個特徵要件的心理意涵

四阿含經懺悔情節的特徵要件有五個：一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象，二、懺悔主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，關於第五個特徵要件的心理意涵，將在此段落進行詳細描述。

關於第五個特徵要件：「接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔」，或許，有些人會懷疑：「這是檢討被害人嗎？」，其實，「接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔」這一原則，其實牽涉到了佛教倫理的心理意涵，第一個層面，筆者要先探討的是：為什麼不讓加害人受到懲罰，而是要讓加害人懺悔與受害人寬恕，進而兩方和解？因為根據 Charles K. Fink 在 2012 年的期刊論文寫道：

佛教倫理的一個重要基礎是對非暴力的承諾。懲罰的做法與非暴力原則不相容。佛陀的核心道德教義是以善戰勝惡，符合這教義的是和解，而不是懲罰。¹⁶⁶

從上文可以看出，為什麼在佛教或是初期佛教的文獻裡面，從來沒有對加害者進行死刑或是懲罰的規定？因為佛教倫理的基礎即為「非暴力」，而符合這個倫理基礎是「和解」而非「懲罰」，而為什麼不採取「懲罰」的做法？Charles K. Fink 在 2012 年的期刊論文也寫道：

¹⁶⁶ Charles K. Fink, "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, 2012, p.370

懲罰涉及施加傷害，通常是某種形式的痛苦，這本身在道德上是有問題的，但使懲罰尤其成問題的是：它涉及故意造成傷害。¹⁶⁷

懲罰的手段確實也是一種對加害人「故意」造成傷害，也會使加害人痛苦，在道德上無法說得過去，也沒有這種道理。

第二個層面，若加害人（意即懺悔的主體）若有那個意願懺悔，則這是首先邁向「和解」的首要步驟，關於要如何做出一個有效果的懺悔？筆者已經在第二章介紹過，而根據 Charles K. Fink 在 2012 年的期刊論文，他認為懺悔主體在懺悔時可以進行以下步驟：

- (1) 我承認並坦白自己所做的錯誤；
- (2) 本人對自己的行為誠心悔過；
- (3) 我的悔罪程度與我的罪行的嚴重程度成正比；
- (4) 因為我感到悔恨，我為自己的錯誤行為道歉，發誓不再重複這種行為，並在性格上進行任何必要的改變以維持這一誓言，並全額賠償。當然，這並不能保證你會原諒我，但如果我完成了這個過程，我仍然會贏得你的原諒，而你對我的任何怨恨都是完全沒有道理的。¹⁶⁸

Charles K. Fink 的觀點與筆者在本論文對於懺悔的觀點可以說是大同小異且差不多的，然而，Charles K. Fink 指出：悔罪程度要與罪行的嚴重程度成正比，這與本論文的發現：出家人犯的罪越重，則懺悔對象或羯磨對象要越多人，出家人犯的罪越輕，則懺悔對象或羯磨對象要越少人，可以說是有異曲同工之妙，所以當加害人完成了這個懺悔程序之後，則被害人對於加害人的任何怨恨是沒有道理的，筆者認為可能是因為懺悔以及慚愧心的程度與罪行的嚴重程度成正比之後，被害人則沒有道理再進行怨恨。

第三個層面：接受懺悔的對象對於懺悔主體的懺悔，以「非暴力」與「寬恕」來回應懺悔主體的懺悔，這是第三個層面，為什麼受害者需要傾向「不怨恨」，而是「寬恕」？根據 Charles K. Fink 在 2012 年的期刊論文，他指出：

怨恨是適當的，因為沒有怨恨，就沒有寬恕。寬恕冒犯者就是放棄對冒犯者的怨恨。如果犯罪者贏得受害者的寬恕是適當的，那麼受害者對犯罪行為的怨恨也一定是適當的。然而，佛陀敦促他的追隨者不要對任何人懷有怨恨、憤怒或惡意的情緒。¹⁶⁹

¹⁶⁷ Charles K. Fink, "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, 2012, p.371

¹⁶⁸ Charles K. Fink, "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, 2012, p.388

¹⁶⁹ Charles K. Fink, "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19,

Charles K. Fink 認為：沒有怨恨就沒有寬恕，然而，佛陀希望他的追隨者不要對任何人懷有怨恨、憤怒或惡意的情緒。然而，受害者要如何進行困難地「寬恕」步驟？根據 S.J. Noel Sheth 在 2017 年的期刊論文寫道：

在佛教中，寬恕是佛教忍耐美德的一部份。忍耐主要包括沒有憤怒、仇恨和惡意，以及寬恕他人的冒犯。……（1）現在的敵人可能是前世的朋友、親戚或老師。由於佛教不相信有限的靈魂，嚴格來說，不存在傷害和侮辱的肇事者，也沒有任何人受到傷害或侮辱。（2）敵人實際上是自己的朋友和受益者，因為他們給了人修行忍耐而獲得解脫的絕佳機會。（3）嚴格來說，沒有人冒犯，也沒有人被冒犯，因為不存在有限的靈魂或實質的主體，每一個有限的存在都是一系列瞬間的聚合體。在上座部佛教中，五蘊它們只存在片刻，所以誰得罪了誰呢？後一刻的蘊與前一刻的蘊不同。因此，我們不能讓後一剎那的五蘊對前一剎那五蘊所犯下的罪行負責。（4）對親愛的朋友產生慈心，隨後對交情中等的人產生慈心，最後對敵對的人產生慈心。¹⁷⁰

在 2017 年 S.J. Noel Sheth 的期刊論文，明確教導與指示我們如何做出「寬恕」，而「寬恕」確實是一種佛教中的「忍」，若我們是被害人，當加害人向我們懺悔的時候，我們要如何正確地如理做意？首先，我們需要想像這位加害人在前幾世可能是我們的朋友、親戚或老師，而且，佛教不相信有靈魂，所以並不存在所謂的加害人，接著，加害人實際上也是我們的朋友，因為他們給予我們修行忍耐與解脫的機會，而後，每一刻的五蘊都在剎那剎那地變化，後一刻的五蘊與前一刻的五蘊不同，所以不能讓後一剎那的五蘊對前一剎那的五蘊進行負責，最後，則我們需要練習：先對親愛的親朋好友產生慈心，接著對交情中等的人產生慈心，而後則是對敵人或加害人產生慈心；筆者認為，上述 S.J. Noel Sheth 所指出的指引和做法，都十分符合佛教的教義，也就是以「非暴力」和「無害」的方式去處理衝突。

接下來，來到第四個層面，若在第三個層面受害人願意接受加害人的懺悔，則雙方到達下一個階段：和解的階段，和解的階段也就是第四個層面，所謂的「和解」，根據 Charles K. Fink 的說法：

2012, p.390

¹⁷⁰ 內容詳見：S.J. Noel Sheth., “The Distinctive Character of Buddhist Forgiveness and Reconciliation,” *Annals of the University of Bucharest Philosophy Series*, Vol. 66, No. 1, 2017, p.p.73-90。

如果我犯了罪，我可以採取一些措施來贏得寬恕、恢復信任並重新獲得良好的社會信譽，和解的目的不是傷害犯罪者，而是恢復信任紐帶，將社會凝聚在一起，因此，和解有時被稱為修復式正義（與「報應性」相反）。¹⁷¹

從上文可以知道，和解的目的不是為了傷害犯罪者，而是讓犯罪者在這個社會恢復成可以被信任的人，並且將社會凝聚在一起，在司法方面，和解也就是所謂的「修復式正義」。而 Charles K. Fink 也這樣讚美和解：

和解進程如果成功的話，將使所有受犯罪影響的人受益。和解對犯罪受害者有利，因為和解補償了他們的損失，更重要的是（至少從佛教的角度來看），解決了他們的怨恨情緒。和解對罪犯有利，因為和解促進道德進步並彌補過去的不法行為。因此，和解在文字和精神上都支持佛教修行的目標，並符合非暴力原則。¹⁷²

和解不僅對受害者有利，也對罪犯有利，也就是可以達到雙贏的局面；和解可以使受害者獲得補償，也解決了受害者的怨恨情緒，和解可以使罪犯的道德進步並彌補過去不法的罪行；和解無論裡裡外外都符合佛教的「非暴力」原則。

然而，縱使犯罪者在懺悔之後，有些被害人的怨恨情緒仍然無法緩解，或是犯罪者的罪行過於重大，以致於無法彌補被害人的損失，甚至也有的例子是造成被害人的死亡，其實，筆者在第二章第二節：四阿含經懺悔情節的特徵要件已經提過，四阿含經懺悔情節的特徵要件總共有五個，第五個即是：接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，裡面也多所引用《雜阿含經》和《相應部經典》來解釋為什麼一定要接受懺悔主體的懺悔，經文裡面提到：不接受對方懺悔的人，是愚癡的人，且會是受苦的狀態，更甚者，在《中阿含經》第 24 經、《增壹阿含經》第 37 品六重品第 6 經和《增支部》9 集 11 經中，也有提到，若被害人不接受加害人的懺悔，則加害人也有頭裂成七個部份的風險，其實，寬恕原諒別人，同時間也是放過自己，寬恕原諒別人可以使自己的心情和情緒得到平靜，並且能讓這個因果業報能有所結束而不再重演，也就是說，加害人懺悔、被害人寬恕和雙方和解的過程中，可能可以避免犯罪者下次當人的時候換成對方欺負自己，也可以避免犯罪者死後受到惡報或是避免犯罪者得到現世惡報；若加害人已經願意懺悔，且懺悔以及慚愧心的強度和犯罪的強度成正比，我覺得受害人不妨寬恕原諒加害人，這樣子受害人可以沒有怨恨情緒、避免受苦、心情得到平靜之外，也可能能夠讓這樣的因果業報有所結束而不再重演，學者 S.J. Noel Sheth 也在 2017

¹⁷¹ Charles K. Fink, "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, 2012, p.372

¹⁷² Charles K. Fink, "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, 2012, p.392

年的期刊論文寫道：「人們應該思考憤怒和不寬恕態度的不良影響：它會導致各種可怕的懲罰」¹⁷³，也就是說，若仍然堅持不接受懺悔主體的懺悔，則這樣的憤怒和不寬恕態度無法獲得緩解，無法獲得緩解之後可能就想要讓懺悔主體受到可怕的懲罰，這樣也是違背人性的一種作法，所以我們應該在加害人願意懺悔之時，接受其懺悔並且寬恕原諒，使雙方和解，達成兩方雙贏的局面。

第四節 懺悔前後的身心變化

一、願意懺悔的原因和懺悔後的身心變化

通常願意懺悔的原因，最初的原因，就如同筆者已經在第三章第三節：「四阿含經懺悔情節的特徵及其心理意涵」提過：「慚愧心」是重要的原因之一，也如同四阿含經所述，是因為自見罪或自知罪，無論是自己內心發覺自己有罪過，或是經由聖者或別人提醒之後發覺自己有罪過，第二步必須是自見罪或自知罪，接下來則是不怕尷尬或不怕社會輿論的指責，關於這個原因，根據 Helgason, B. A., & Berman, J. Z. 在 2022 年的研究，他們覺得為什麼人們不想去懺悔與坦承罪行？是因為：

他們怕承認過錯會汙染他們現在的道德人格，人們有強烈欲望去維持一個好人和好道德的好名聲，無論是對他們自己本身和對其他人，懺悔與坦承罪行會威脅到他們的好名聲；道德人格特質被認為是恆久的個人身份區別，所以過去有什麼過錯和罪行都會導致個人名聲的永久汙點。¹⁷⁴

也就是說，個體會因為怕懺悔汙染到他們的好道德和好名聲，而不去懺悔，反過來說，若不怕懺悔汙染到他們的好道德和好名聲，意即個體也不怕尷尬或不怕社會輿論的指責，則個體會願意懺悔，另外，筆者也認為也有的人會為了求心安而去懺悔，上述這些原因通常都是願意懺悔的原因。

關於懺悔之後的結果，根據 Murray-Swank, A. B., McConnell, K. M., & Pargament, K. I. 在 2007 年的研究，精神懺悔的功能和所導致的結果可以分為三種：

- 一、可以減少內心的內疚和羞恥感。
- 二、增加社會聯繫，重新被接納到人類社會而減低道德孤立感。
- 三、別人對自己的印象和觀感會較佳，意即，個體在道歉或認罪時，他們會被認為不應該備受到責備，也不那麼值得受到懲罰。¹⁷⁵

¹⁷³ S.J. Noel Sheth., "The Distinctive Character of Buddhist Forgiveness and Reconciliation," *Annals of the University of Bucharest Philosophy Series*, Vol. 66, No. 1, 2017, p.75。

¹⁷⁴ Helgason, B. A., & Berman, J. Z., "Reflecting on identity change facilitates confession of past misdeeds," *Journal of Experimental Psychology: General*, 151(9), 2022, p.p.2261。

¹⁷⁵ Murray-Swank, A. B., McConnell, K. M., & Pargament, K. I., "Understanding spiritual confession: A

也就是說，懺悔之後的結果，可以減低內心的內疚，也能夠增加社會或社交聯繫並減少道德孤立感，在懺悔之後，別人對自己的觀感也比較好；而筆者也認為，除了上述三種懺悔所導致的結果之外，懺悔之後心通常也會變得比較平靜和輕安，也比較沒有後悔的心情，並且根據 Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC. 在 1987 年 4 月的研究，其研究結果顯示：「披露最私人且最具壓力事件的人，皮膚電導率下降幅度最大」¹⁷⁶，意即，傾向不抑制的懺悔，其皮膚電導率會下降，皮膚電導率的高低代表個人的焦慮狀態，也就是說，懺悔之後的精神狀態比較呈現低焦慮。

而根據 Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC. 在 1987 年 4 月的研究結果也表明：

當個體不進行抑制，也就是談論或寫作重大動盪事件和創傷，最終可以減少健康問題和就診次數，而布洛伊爾和弗洛伊德也強調了『談話療法』在緩解病症的重要性。¹⁷⁷

意即，當個體不抑制自己的心事，則也可以減少健康問題和就診次數，也就是說，懺悔之後的結果，通常可以減少個體的生病次數。

綜上所述，願意懺悔的原因可能有：個體有慚愧心、不怕尷尬、不怕懺悔汙染到他們的好道德和好名聲、為了求心安等等原因，而懺悔之後的結果可能導致：能減低內心的內疚、能增加社會或社交聯繫、能減少道德孤立感、心情變得比較平靜和輕安、較低焦慮的情緒狀態、個體比較不容易生病等等結果。

二、不願意懺悔的原因和不懺悔後的身心變化

關於不懺悔的原因，反過來說，極有可能是因為沒有「慚愧心」的緣故，意即，個體不認為自己犯罪，也不認為自己的所作所為有錯；眾多不懺悔的原因之一，還有一種可能是不相信懺悔有功效，也不認為懺悔以後可以得到清淨，這樣的人可能仍具有慚愧心，但是不相信懺悔的功效；而根據 Helgason, B. A., & Berman, J. Z. 在 2022 年的研究顯示：「懺悔罪行之後可能會威脅到個體現在的好道德和好名聲」¹⁷⁸，個體在這種情況之下衡量利弊之後，個體有可能選擇不懺悔，

review and theoretical synthesis,” *Mental Health, Religion and Culture*, 10:3, 2007, p.p. 282-285。

¹⁷⁶ Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC., “ The psychophysiology of confession: linking inhibitory and psychosomatic processes,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52 No. 4, 1987 Apr., p.p.792.

¹⁷⁷ Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC, “ The psychophysiology of confession: linking inhibitory and psychosomatic processes,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52 No. 4, 1987 Apr., p.p.782。

¹⁷⁸ Helgason, B. A., & Berman, J. Z., “ Reflecting on identity change facilitates confession of past misdeeds,” *Journal of Experimental Psychology: General*, 151(9), 2022, p.p.2261。

此情況比較像是需要在公開場合懺悔的情況之下，個體怕威脅到現有的好道德和好名聲，而不去懺悔。

關於不懺悔之後所導致的結果，根據研究顯示：

若個體為抑制者與不透露想法和感受，則會給身體帶來額外的壓力，導致患病率增加，也和死亡率相關，例如較高的癌症發病率、血壓水平升高以及更多的身體疾病。¹⁷⁹

意即，個體不懺悔會影響到個體本身的健康狀況，也會導致容易生病，甚至有較高的癌症發病率、高血壓與容易死亡。

再者，不願意懺悔之後，根據 Murray-Swank, A. B., McConnell, K. M., & Pargament, K. I. 在 2007 年的研究結論，其結論的反面立論即是：不懺悔之後也容易產生過度內疚的心情，並且無法原諒自己，也有道德方面的孤立感，筆者認為，這樣的狀態在長期下來，恐怕導致身心都出狀況，例如意志消沉、憂鬱或不健康的身體，而根據 Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC. 在 1987 年 4 月的研究：

行為抑制與人類皮膚電導活動特別相關，意即，個體在行為抑制與不表達創傷事件時，皮膚電導水平（SCL）會升高與增加，而較高的皮膚電導水平可能反映出未完成或等待的焦慮。¹⁸⁰

意即，行為抑制如不懺悔，則皮膚電導水平會升高，皮膚電導水平升高代表著高焦慮狀態，也就是說，個體不懺悔之後的精神狀態也呈現高焦慮的狀態。

綜上所述，不願意懺悔的原因可能有：個體沒有慚愧之心、個體不認為自己有犯罪、個體不相信懺悔有功效、個體怕尷尬或怕懺悔威脅到他們的好道德和好名聲等等原因，而不懺悔之後的結果可能導致：個體容易生病、較高的癌症發病率、容易高血壓、個體容易死亡、有過度內疚的心情與無法原諒自己、有道德方面的孤立感、意志消沉、憂鬱、較高焦慮的情緒狀態等等結果。

¹⁷⁹ Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC, "The psychophysiology of confession: linking inhibitory and psychosomatic processes," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52 No. 4, 1987 Apr., p.p.781-782。

¹⁸⁰ Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC., "The psychophysiology of confession: linking inhibitory and psychosomatic processes," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52 No. 4, 1987 Apr., p.p.792.

第五節 懺悔的困境：懺悔之後不停地再犯

關於懺悔的困境，有的人因為持戒嚴謹，而不需要懺悔，而有的人因為犯罪或犯戒罪，而需要懺悔，這樣需要懺悔的人，其中也有的人在懺悔之後不再犯，也有的人在懺悔之後繼續不停地重複再犯，這種例子也就是懺悔的困境。

在懺悔的困境例子當中，可能懺悔的主體本身也有慚愧心，也願意懺悔，但還是繼續再犯同樣的罪或錯誤，筆者認為，這就是為什麼佛教法門無量的原因，因為人仍然在心理方面有無明煩惱和欲望，再加上人的心理方面也有習氣，而這樣的習氣肇因於過去幾生和今生的壞習慣，這樣的等流習氣，一時半刻是無法完全導正的，通常人的第一個念頭是和習氣有關聯，而人在人世間所需要學習的即是讓好的第二念頭取代壞的第一念頭，不停地練習，所以說，懺悔對於這樣的例子而言，不能說完全沒有功效，也不能說完全不能得清淨，簡而言之，「懺悔」本身就是一種「練習」，是一種「心理方面的練習」，最重要的是：若還會再犯，仍然不要覆藏罪行而去如法懺悔。

第六節 小結

關於初期佛教懺悔的心理意涵，首先，必須先探討初期佛教的懺悔和戒、定、慧三學的關係，除了原本就清淨持戒的人以外，若犯戒的人，要如何圓滿戒學？則必須要先進行懺悔，懺悔之後才能夠有戒學方面的清淨，有了戒學方面的清淨和圓滿戒學，才能夠達到禪定的心理狀態，順利到達禪定之後，進而，才有解脫的智慧；接著，探討初期佛教的懺悔和身、口、意三業的關係，所謂的「意業」即是指「心理」和「大腦」，佛陀認為惡業的成熟與發起，以意業為最重和源頭，而懺悔也有賴於意業的發起與策動，四阿含經懺悔情節的其中一個特徵要件：懺悔主體心理自見罪或自知罪，要如何讓懺悔主體先在心理自見罪或自知罪？則有賴於意業和心理方面的慚愧心之發起與策動。

第二章第二節已經分析出四阿含經懺悔情節的特徵要件，總共有五個特徵要件，分別是：一、有懺悔的主體和接受懺悔的對象，二、懺悔主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔，接下來在第三章第三節則要逐個地從這五個特徵要件一一分析其心理意涵，關於第一個特徵的心理意涵，可以發現：出家人犯的罪越輕，懺悔對象或羯磨人數越少，相反來說，出家人犯的罪越重，則懺悔對象或羯磨人數越多，筆者個人猜測或許是因為所犯的罪和懺悔的強度需要一致；關於第二個特徵的心理意涵，則主要著重在意業和心理方面的慚愧心和內在動機探討，原來，慚愧心有羞恥以及怕造惡的意思，而慚愧心也是邁向解脫的必要條件；關於第三個特徵的心理意涵，可以發現，懺悔主體在懺悔的時候除了發露罪行，也會發露犯罪動機，而犯罪動機即是造成犯罪的心理原

因和意業原因，其實，在佛教中有所謂的「十惡業」，其中，意的惡業有三種：貪、瞋、癡，在一手文獻中多所可以看到，懺悔主體除了發露罪行之外，也要發露與口頭承認因為哪一些意業上和心理上的無明煩惱和意的惡業而犯罪，而根據初期佛教的文獻，覆藏罪行會導致什麼後果？除了無法進入禪定的心理狀態，也無法到達解脫之外，縱使生在有佛陀在的人世間，佛陀也不會為其親自主持布薩誦戒，都是由於眾不清淨和覆藏罪行的緣故；關於第四個特徵的心理意涵：懺悔主體承諾以後不再犯的心理意涵，從中可以知道：當人在懺悔之後確實沒有再犯同樣的罪，懺悔主體由於加以規範身口的行為，使其不再犯罪或犯戒，行為的改變會造成大腦的改變，大腦又去影響身口行為，造成身心互相影響，呈現好的循環；關於第五個特徵的心理意涵，為什麼接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔？因為佛教倫理即是以「非暴力」為原則，而「寬恕」和「和解」才符合「非暴力」的原則，而受害人若不接受加害人的懺悔，則內心也會是愚癡和受苦的狀態。

而關於懺悔前後的身心變化，願意懺悔的原因可能有：具備慚愧心、不怕尷尬、不怕懺悔污染到他們的好道德和好名聲、為了求心安等原因，而懺悔之後的結果可能導致：能減低內心的內疚、能增加社會或社交聯繫、能減少道德孤立感、心情變得比較平靜和輕安、較低焦慮的情緒狀態、個體比較不容易生病等結果；而不願意懺悔的原因可能有：不具備慚愧之心、個體不認為自己有犯罪、個體不相信懺悔有功效、個體怕尷尬或怕懺悔威脅到他們的好道德和好名聲等原因，而不懺悔之後的結果可能導致：個體容易生病、較高的癌症發病率、容易高血壓、容易死亡、有過度內疚的心情與無法原諒自己、有道德方面的孤立感、意志消沉、憂鬱、較高焦慮的情緒狀態等結果。

關於懺悔的困境：懺悔之後不停地重複再犯相同的罪，其實，通常人的第一個念頭是和習氣有關聯，而人在人世間所需要學習的即是讓好的第二念頭取代壞的第一念頭，不停地練習，所以說，懺悔對於這樣的例子而言，不能說完全沒有功效，也不能說完全不能得清淨，簡而言之，「懺悔」本身就是一種「練習」，是一種「心理方面的練習」，最重要的是：若還會再犯，仍然不要覆藏罪行而去如法懺悔。

第四章 結論

經由對照巴利三藏和漢譯四阿含經的內容，分析出懺悔情節的特徵要件總共有五個，分別是：一、有一個懺悔的主體和一個接受懺悔的對象，二、懺悔的主體心理自見罪或自知罪，三、懺悔的主體發露罪行與發露犯罪動機，四、懺悔的主體承諾以後不再犯，五、接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔。

關於初期佛教的布薩制度，說法或聽法在每一個月八日和十四日舉行，誦戒與懺悔則在每一個月初一和十五舉行，值得注意的是：誦戒與懺悔是出家人和在家人分開舉行，出家人的自恣則是與布薩連在一起舉行或在三個月結夏安居的最後一天舉行，而在家人的懺悔內容多為十惡業等內容，在舉行三皈五戒或八關齋戒之前都需要懺悔。

而人在懺悔之前要如何策發懺悔的行動？則仰賴於意業上和心理上的慚愧心，慚愧心即是懺悔之前的內在動機，經由本研究發現：慚愧心有羞恥和怕造惡的意思，慚愧心也是邁向解脫或證得阿羅漢果的必要條件。

而人在懺悔之後則有哪一些身心的變化？其實，以佛教的角度來看，懺悔之後才能得到戒學的清淨和圓滿，有了戒學的清淨和圓滿，才能有禪定的心理狀態，有了禪定的心理狀態，進而才有解脫的智慧；以現代的心理學或科學的角度來看，懺悔之後可以減少內心的內疚感，也可以增進社會聯絡，而且別人對自己的觀感較佳，在心理方面，也比較可以在心裡得到平靜和輕安，亦比較沒有後悔的心情，或是可以減低焦慮的心情狀態，更甚者，可以減少健康問題與減少生病次數。

當人在懺悔的之後和未來確實都沒有再犯，會造成人的身口行為被加以規範，身口行為的規範和改變進而造成大腦的改變，大腦再去影響身口行為，呈現好的循環。

不懺悔或覆藏罪行則會造成哪一些後果？以個體的身心變化來說，可能會造成個體容易生病，也會有較高的癌症發病率，也有可能容易高血壓，更甚者，容易導致個體死亡，在心情方面，可能也有過度內疚的心情與無法原諒自己，並且有道德方面的孤立感，長期下來會意志消沉、憂鬱，研究發現行為抑制也會導致高焦慮的情緒狀態；以佛教的角度來說，覆藏罪行無法達成禪定的心理狀態，並且也無益於解脫與證得阿羅漢果，而若是生在有佛陀的時代，覆藏罪行也會導致佛陀不願意為其親自主持布薩誦戒。

關於為什麼「接受懺悔的對象一定要接受懺悔主體的懺悔」這個問題，是由於佛教倫理以「非暴力」為主要原則，而懺悔對象的「寬恕」和懺悔雙方的「和解」才符合「非暴力」的原則，而懺悔對象若不接受懺悔主體的懺悔，則懺悔對象內心也會是愚癡和痛苦的狀態，更甚者，不寬恕的態度和憤怒無法緩解的情況下，也有可能導致各種可怕的懲罰或私刑，而「懲罰」是不符合人性的做法，也違反「非暴力」的原則。

參考文獻

(一) 原典文獻 (依大藏經類首字母和經號排列)

- 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版),《犍度》, CBETA 2023.Q4, N03, no. 2。
- 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版),《長部經典》, CBETA 2024.R1, N06, no. 4。
- 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版),《中部經典》, CBETA 2023.Q4, N09, no. 5/
CBETA 2024.R1, N10, no. 5。
- 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版),《相應部經典》, CBETA 2024.R1, N13, no. 6。
- 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版),《增支部經典》, CBETA 2023.Q4, N22, no. 7/
CBETA 2024.R1, N20, no. 7。
- 《漢譯南傳大藏經》(元亨寺版),《自說經》, CBETA 2024.R1, N26, no. 10。
- 《長阿含經》, CBETA 2022.Q4, T01, no. 1/ CBETA 2023.Q1, T01, no. 1/ CBETA
2024.R1, T01, no. 1。
- 《中阿含經》, CBETA 2022.Q4, T01, no. 26/ CBETA 2023.Q1, T01, no. 26/ CBETA
2023.Q4, T01, no. 26/ CBETA 2024.R1, T01, no. 26。
- 《雜阿含經》, CBETA 2022.Q4, T02, no. 99/ CBETA 2023.Q1, T02, no. 99/ CBETA
2023.Q4, T02, no. 99/ CBETA 2024.R1, T02, no. 99。
- 《增壹阿含經》, CBETA 2023.Q1, T02, no. 125/ CBETA 2023.Q4, T02, no. 125/
CBETA 2024.R1, T02, no. 125。
- 《彌沙塞部和醯五分律》, CBETA 2023.Q3, T22, no. 1421/ CBETA 2023.Q4, T22,
no. 1421/ CBETA 2024.R1, T22, no. 1421。
- 《摩訶僧祇律》, CBETA 2023.Q4, T22, no. 1425。
- 《四分律》, CBETA 2023.Q3, T22, no. 1428/ CBETA 2023.Q4, T22, no. 1428。
- 《十誦律》, CBETA 2023.Q3, T23, no. 1435/ CBETA 2023.Q4, T23, no. 1435。
- 《根本說一切有部毘奈耶雜事》, CBETA 2023.Q4, T24, no. 1451。
- 《善見律毘婆沙》, CBETA 2024.R1, T24, no. 1462。
- 《阿毘達磨集異門足論》, CBETA 2024.R1, T26, no. 1536。
- 《阿毘達磨界身足論》, CBETA 2024.R1, T26, no. 1540。
- 《眾事分阿毘曇論》, CBETA 2024.R1, T26, no. 1541。
- 《阿毘達磨品類足論》, CBETA 2024.R1, T26, no. 1542。
- 《阿毘曇八犍度論》, CBETA 2024.R1, T26, no. 1543。
- 《阿毘達磨發智論》, CBETA 2024.R1, T26, no. 1544。

- 《舍利弗阿毘曇論》，CBETA 2024.R1, T28, no. 1548。
《阿毘達磨俱舍論》，CBETA 2024.R1, T29, no. 1558。
《四分律刪繁補闕行事鈔》，CBETA 2023.Q3, T40, no. 1804。
《四分律含注戒本疏行宗記》，CBETA 2023.Q3, X39, no. 714。
《四分律疏飾宗義記》，CBETA 2023.Q4, X42, no. 733。

(二) 中文專書、論文 (依姓氏筆劃數排列)

- 李鳳媚 (1999 年 4 月)。《巴利律比丘戒研究》。嘉義新雨雜誌社。
林崇安 (2014 年 4 月)。〈釋尊時期比丘說法和布薩說戒的演變〉，《內觀雜誌》第 104 期，頁 29 到頁 46。
唐秀連 (2020 年 12 月)。〈具足戒律中自殺獲罪問題之省思〉，《臺灣宗教研究》第 19 卷第 2 期，頁 117 到頁 158。
羅因 (2002)。〈佛教布薩制度的研究〉，《華梵大學儒佛會通暨文化哲學學術研討會論文集第 6 屆上》，頁 407 到頁 426。
釋同燈 (郭陳叡) (2020)。《懺悔內涵與滅罪方式》，法鼓文理學院佛教學系碩士論文。

(三) 外文專書、論文 (依首字母順序排列)

- Charles K. Fink. 2012. "Buddhism, Punishment, and Reconciliation," *Journal of Buddhist Ethics*, Vol. 19, p.p.370-395
Helgason, B. A., & Berman, J. Z. 2022. "Reflecting on identity change facilitates confession of past misdeeds," *Journal of Experimental Psychology: General*, 151(9), p.p.2259-2279
Jayarava Michael Attwood. 2008. "Did King Ajātasattu Confess to the Buddha, and did the Buddha Forgive Him?" *Journal of Buddhist Ethics*, 15, p.p. 279-307
Murray-Swank, A. B., McConnell, K. M., & Pargament, K. I. 2007. "Understanding spiritual confession: A review and theoretical synthesis," *Mental Health, Religion and Culture*, 10:3, p.p. 275-291
Pennebaker JW, Hughes CF, O'Heeron RC. 1987 Apr. "The psychophysiology of confession: linking inhibitory and psychosomatic processes," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52 No. 4, p.p.781-793
S.J. Noel Sheth. 2017. "The Distinctive Character of Buddhist Forgiveness and Reconciliation," *Annals of the University of Bucharest Philosophy Series*, Vol. 66, No. 1, p.p.71-95

(四) 網路資源 (依中英文和首字筆劃數排列)

聖嚴法師 (2020)。第五章 羯磨法與懺悔法。載於法鼓文化 (編)，法鼓全集 2020 紀念版，01-03 《戒律學綱要》。臺北市：法鼓文化。取自：
<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-03-023> (2024 年 2 月 29 日、3 月 2 日)。

Digital Dictionaries of South Asia, Pali Text Society, London. *The Pali Text Society's Pali-English dictionary*. Chipstead, 1921-1925，
<https://dsal.uchicago.edu/dictionaries/pali/> (2024 年 4 月 11 日)。

Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899，<https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/2020/web/webtc/indexcaller.php> (2023 年 12 月 17 日、2024 年 1 月 18 日、1 月 22 日、2 月 18 日、2 月 28 日、4 月 22 日)。



