



實地考察(一)

題目：佛教之五辛：

文化及其承傳

香港中文大學

The Chinese University of Hong Kong

## 壹：引言：

南朝的梁武帝蕭衍是一位十分虔誠的佛教徒，他有感大乘佛教的慈悲思想，於天監十年，即公元 511 年，頒佈《斷酒肉文》令天下所有僧尼不得食肉飲酒，加上相關典籍的傳播及僧人的自覺等因素成就了中國佛門弟子的素食傳統，影響至今成為漢傳佛教的一大特色。<sup>1</sup> 素食是指不吃腥葷，除不食眾生肉外，亦不吃五辛。

## 貳：淺談佛教之五辛：

五辛是指五種有辛味的蔬菜，又稱五葷，與酒、肉同為佛教所禁戒之食物。辛，梵語 parivyaya，西藏語 spod (藥味之義)。<sup>2</sup> 五辛的說法，經書解說有異，況且印度與中國的出產亦不同，至今仍有不同的說法，節錄部份如下：

大蒜、革蔥、慈蔥、蘭蔥、興渠等五種，此為梵網經卷下所舉。據菩薩戒義疏卷下、梵網經菩薩戒本疏卷一、義寂之梵網經菩薩戒本疏卷下、智週之梵網經菩薩戒本疏卷四等載：“大蒜”即葫蘆、家蒜，“革蔥”即薤、山蔥、革山蔥，“慈蔥”即蔥、胡蔥、春蔥，“蘭蔥”即韭、家蔥，“興渠”即意菴、芸苔、阿魏藥、形具、殍渠廬。指五辛是蔥、蒜、韭、薤、興渠，載於菩薩戒義疏卷下、宋高僧傳卷二十九慧日傳、智週之梵網經菩薩戒本疏卷四、法藏之梵網經菩薩戒本疏卷四等。<sup>3</sup>

<sup>1</sup> 秦孟瀟 隨筆禪話  
([http://www.hkbuddhist.org/magazine/514514\\_11.html](http://www.hkbuddhist.org/magazine/514514_11.html))

<sup>2</sup> 聖域佛教菩提社區  
(<http://www.heshang.com/archive/index.php?t-5704.html>)

<sup>3</sup> 同上

叁：不吃五辛的緣由：

佛教認為五辛(五葷)，雖然本身無毒，但其所含之成份，會刺激慾望，影響心境之平和而致妨礙修行。如果生吃這類葷菜，容易增長瞋恚的心念；如果煮熟吃，則會壯旺相火，助長淫慾念頭，無形中便助長人犯下種種殺生、偷竊、淫慾、妄語…惡行，奪去修行者法身慧命，難以通於神明，阻礙修行，所以嚴格禁止。

佛素戒腥葷在多部經書都有提及，《大佛頂首楞嚴經》卷八有云：是諸眾生求三摩地，當斷世間五種辛菜。是五種辛一熟食發淫，生啖增恚。如是世界食辛之人，縱能宣說十二部經，十方天仙嫌其臭穢皆遠離，諸餓鬼等因彼食之，舐其唇吻常與鬼住，福德日銷長無利益。勸修菩提道者，若能永斷五辛，就是增進修行的第一步。楞伽經中有說：蔥韭蒜等，臭穢不淨，能障聖道。<sup>4</sup>

梵網經下則說：若弟子不得食五辛：大蒜、小蒜、革蔥、慈蔥、蘭蔥、興渠，是五種一切食中不得食。若故食，犯輕垢罪。

肆：現今佛教徒戒五辛之理據：

除經書的教化外，根據名醫藥學士佛瑩法師編著的《素食營養之研究》指出葷辛之臭因含二硫化烯丙烷、二硫化碳等，及黃色之臭油質，有特殊滲透臭，食

---

<sup>4</sup>圓香居士語譯：(文體語大佛頂首楞嚴經)，臺北縣板橋市：無漏室印經組，1996年。11月 頁182-183。

<sup>5</sup> 素食文化與佛教文化之間的淵源及其流變--中華佛教資訊網  
([http://big5.fjnet.com/gate/hig5/news.fjnet.com/ryzy/ryzynr/t2007522\\_45873.htm](http://big5.fjnet.com/gate/hig5/news.fjnet.com/ryzy/ryzynr/t2007522_45873.htm))

了會刺激心、肺、腦、眼睛、胃、腸、脾、腎、肺、肝及生殖器官等，令人發淫易怒、昏腦刺眼、口氣汗液、痰、糞便及尿液等均發出極臭氣味，令人神智昏濁善忘，故極宜禁食。<sup>6</sup>

伍：准許吃五辛之原因及吃五辛後當守之禮：

據諸經二十所引，因病而吃蒜是允許的，但吃後要與眾隔離。五分律卷十六，大二十二冊一七六頁上：「時諸比丘噉生熟蒜……自浣衣服身體然後入。」是說吃完蒜後，身體發出臭味，使周圍的人失去清淨的空氣，影響他人之修行，洗澡洗衣後才可重回群眾當中。<sup>7</sup>

陸：佛教徒禁戒五辛延續至今之初探：

五辛之戒延續至今，很多佛教徒，授過五戒(不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語者，不飲酒)都禁五辛，<sup>8</sup>惟這樣持戒，便可以斷絕慾念和嗔恚嗎？由古至今，環顧修行者可因戒五辛而達五明智慧的境界，能有幾人，值得深思。如前所言，五辛的說法，經書解說有異，況且印度與中國的出產亦不同，而且所謂腥葷，又豈只酒肉及五辛？

現今之素食餐館提供的素菜又是否能符合斷絕五辛的要求呢？為著招徠，他們在菜式上必務求能吸引食客。就如前在雲泉仙館茹素，所享用之七色齋，便加入含五辛之製品如咖哩粉，而且廚子亦坦然承認需加入人工顏料才能做出想

<sup>6</sup> 民間中醫  
(<http://www.ngotcm.com/forum/viewthread.php?tid=36266>)

<sup>7</sup> 斷肉食素佛經匯篇  
(<http://web.bookgb.bfn.org/books2/1863htm>).

<sup>8</sup> 佛教 - 維基百科  
(<http://zh.wikipedia.org/wiki/a/ae>)

望之效果。這烹調方法當然不合佛淡雅教素食的要求。然而，準備素菜的人認為這是理所當然，茹素者也甘心接受。持戒者是清楚什麼是五辛嗎？筆者便認識某些佛教徒只戒葱！也許茹素者知道了素菜中有腥葷也不會認為有礙，出家人予人方便是也！修行者如星雲大師，偶而接觸腥葷，也默默接受，目的是怕嚇阻了其他人接觸佛學，更不想為他人增加不便。

柒：結論：

筆者曾查看本草綱目精要，內中記載：韭、蔥、大蒜、薤及芸苔均有其藥用價值。也指出蒜之性味為辛，溫，有毒，久食損人目，其氣薰臭，多食生痰火，散氣耗血，損目昏神。<sup>9</sup>但現今就有不少資料顯示此五辛對健康有幫助，葱和蒜具殺菌消炎的作用，肖常吃能降血脂、血糖及血壓，甚至可以補腦！<sup>10</sup>這說法和佛教對五辛的形容頗相對呢！

能否戒五辛，筆者相信並不是重要的問題，心意清淨才是最重要。佛教徒基於慈悲精神，以清淨的心靈為了自己及他人的修行持守戒腥葷，代代相傳，確也不難理解！惟能包容所禁戒五辛的是社會文化轉變之妥協抑或是對之不甚了呢？但不得不承認佛教這仗飲食作為修行的宗教，仍能持守戒腥葷而且影響至今。

<sup>9</sup> 《本草本草綱目》精要，湖北省中醫藥研究院醫史文獻研究室 廣東科技出版社 1988 頁 282-288

<sup>10</sup> 蒜\_百度百科  
(<http://baike.baidu.com/view/616717.htm>)