

護生手冊

海濤法師 編著



法界諸含識	風雨常調順	現眷咸安樂	誦誦受持人	悉皆盡滅除	所有刀兵劫	增長諸福慧	願以此功德
同證無上道	人民悉康寧	先亡獲超昇	輾轉流通者	人各習禮讓	及與飢饉等	圓成勝善根	消除宿現業



護生手冊

編者—海濤法師
 印贈者—生命電視台 中華護生協會
 出版者—中華印經協會
 地址—宜蘭縣冬山鄉冬山路三段541號
 電話—(03) 958-7696
 傳真—(03) 958-3619
 網址—www.sutra.org.tw
 編輯—印經協會編輯組
 劃撥帳號—42138483
 戶名—中華護生協會
 海外護持銀行帳號：
 THE INTERNATIONAL COMMERCIAL BANK OF
 CHINA LING YA BRANCH
 8 SZE WEI 4TH ROAD KAOHSIUNG 802.
 TAIWAN R.O.C
 TELEX NO.0594
 S.W.I.F.T. NO.ICBCTWTP059
 A/C NO.059-53-00882-0
 NAME: LIFE TV
 印刷—耿欣印刷有限公司
 電話—(02) 2225-4005
 西曆2004年11月初版
 印量1~5,000冊

免費結緣，如果您認為本書值得推廣，敬邀您來助印
 更歡迎您自行翻印，需原書版型可向協會免費索取
 大量送至學校、軍隊、監獄及社會大眾，
 歡迎至各佛陀教育中心護持助印或劃撥
 更歡迎大量免費索取。

ISBN 957-29793-1-0

護生手冊

海濤法師 編著



護生就是護心

——愛護生命就是愛護我們的心——

我們凡夫眾生由於累劫以來所造的殺業，所以身上有著貪心、瞋恨心、愚癡心，以及種種的煩惱習氣，因此我們推廣護生、帶動大放生的活動，就是要消除我們的殺業，開發我們人人本具的善心，繼而解除眾生對人類長期以來的恐懼。

無論是有意殺害眾生，比如蚊蟲、螞蟻、蟑螂；或是無意間傷害了眾生的命，比如那些微細的蟲卵，這些行為我們都應盡量避免。但是在日常生活中，我們往往因為許多小動作，或生活習慣上的疏失，傷害了許多細微的生命而不自知。在這裡我教大家一個用身口意三業來護生的方法：

在這本小冊子中所提的許多生活習慣，

並不是每一個人都會碰到，當我們拿到這本小冊子時，仔細閱讀，把你覺得在生活中會碰到的有哪幾項，勾選起來，隨時翻閱，不斷的提醒自己，盡量避免在不經意的行爲中傷害了小生命。

當你避免這些會殺害物命的行爲時，你是「身業」在護生；當你把許多護生小常識告訴大家時，則是用「口業」在護生；當你愛護眾生命，就像愛惜自己的生命，並且能夠時常爲眾生迴向時，你已經是以「意業」在護生了。

「慈悲」是淨化昇華的大愛；「護生」則是淨化心靈之法，更是祥和社會之道。所以，護生即是護心，護心則是修心。

希望大家都能熟讀這本《護生手冊》的內容。除了參加放生以外，我希望每一個人都能從日常生活中開始培養護生的觀念，隨

..護生手冊..

時隨地留意生活上的小細節，無形中也避免了許多殺業。望大家共勉！

生命電視台 台長
中華護生協會 理事長

海濤

認識本書

這本《護生手冊》的內容編輯自《安士全書》中的〈萬善先資集〉。《安士全書》是一本著重在戒殺、戒淫以及倡導西方淨土的善書，印光大師允為善世第一奇書。

〈萬善先資集〉這一部分是專門提倡戒殺、放生的文集。由於是清朝時期的作品，所以書中所載，除了有些風俗民情已不存於現代社會外，用詞簡要或多為文言，與現代人的閱讀習慣也不相同。因而特別重新編輯，挑選符合現今社會的內容，改寫成白話文，並且以條列式的方式編排，讓大家容易閱讀。

本書主要倡導是「護生」的觀念，尤其要從平常的生活習慣著手。在日常生活中，

護生手冊

我們沒有注意到的許多小地方，經常在無形中造了殺業而不自知，所以本書一一分門別類整理出來，除了教導許多護生小常識外，最重要的是護生觀念的引導與培養。

另外，也收錄了許多關於放生的疑問，尤其是把經常有人提及的問題整理出來，讓大家對放生、護生能有更正確的認識，並且日後若有初接觸佛教的人，不了解戒殺與護生的意義時，本手冊可以做為入門書，接引初機學佛者。

慈悲的佛陀，他所制定的每一條戒律都是為了保護我們的心，我們的心是不是與佛菩薩相應，這端看我們平常對一切眾生的態度是如何？如果無法戒殺、護生，而繼續傷害眾生，這不是一個具有慈悲心的人所應有的行爲。

藉由護生，我們關心世上一切眾生的疾苦，尊重一切的生命；藉由護生，開發我們本有的慈悲心與喜捨心，對眾生施以大無畏，令眾生離苦得樂。以戒殺、護生來長養慈悲心，這是編輯本書的用意。



目 錄

壹、從日常生活培養護生的習慣	10
一、爲官篇	10
二、居家篇	13
三、護生篇	19
四、處世篇	24
五、修繕篇	28
六、養生篇	31
七、口業篇	44
八、神咒篇	49
九、觀想/懺悔篇	52
十、發願篇	57
貳、放生Q&A	61
一、解釋生物養人之疑	61
二、解釋俗見斷殺之疑	65

三、解釋業重難救之疑	70
四、解釋宴客違俗之疑	74
五、解釋葷腥禱神之疑	77
六、解釋饗親祭祖之疑	81
七、解釋因果差別之疑	84
八、解釋惡道有無之疑	89
九、解釋吃素斷肉之疑	94
十、收錄各種放生常見問題	98
參、戒殺放生文選錄	107
宋慈雲懺主遵式《誠酒肉慈慧法門偈》	
肆、結論—素食爲戒殺護生之基	119

壹、從日常生活培養護生的習慣

一、為官篇

1. 凡是遇到國家慶典或特殊節慶時，應規定全國為期三天至七天禁止屠殺。
2. 國家應獎勵漁民轉業，並輔助其從事收入比捕魚要好的行業。這樣才能杜絕殺生的業報。
3. 每年冬天，國家應公告禁止民眾，不可無故使湖泊、水池、埤塘乾枯。若已作為放生之用者，更須時時注意並維護放生物種的居住環境。
4. 國家應禁止民眾打獵，不但可以保護動物生態，更可以減少殺生。

5. 像禁止屠殺這樣的善事，政府官員應該要不厭其煩的提醒與注意。
6. 如果遇到小小的水災、旱災，或父母生日，也應當禁止屠殺數日。
7. 水陸諸神明，應當敬而遠之，不應該以動物去祭拜祂。如果有人聯名申請要舉辦殺生祭拜的活動，以使廟宇興旺，這樣的廟是邪廟，國家絕對不可核准。
8. 在諸神明生日時，常有民眾群聚在一起，大量的宰殺動物，並以隆重的典禮祭拜諸神。祭祀結束後，還喝酒、吃肉慶祝，並扛著神像在市街中張揚，引人注目，使眾多的男女老幼都聚集過來。這樣的活動國家應該嚴格禁止，不可使惡習成爲風氣。

9. 許多相命師或巫師，往往胡亂斷言人的禍福吉凶，要人祈求鬼神以消災解難。一般民眾往往非常的相信，不敢不聽從，而使得生病的無法恢復健康，健康的人反而生病，這種情況很多，到處都是。愛護人民的政府官員，應當將這樣的人以法律嚴加查辦才是。
10. 國家對於有忠義孝廉、愛護生命事蹟的人，應當為他們建立祠堂紀念，做為民眾學習的模範與表率。但應節省資源，以簡單的方式祭祀即可。

二、居家篇

1. 我們在家應當以佛法的因果道理教導家人，這樣才能使家裡的每一個人，都不會有殺生的念頭。
2. 每當遇到父母、家人、朋友的生日或親人的忌日時，應當買生物來放生。
3. 有道德的家庭，如果想要教化家族中的人，應當與族人共同訂立公約：家族中的人如果生活貧困，也不能從事屠宰、販賣魚肉、酒保、廚師、捕魚、打獵等，所有殺生的行業。
4. 不能製造漁網、魚槍、釣餌、屠刀、膠漆、弓箭、獸籠、火炮等，種種傷害一切眾生的器具。

5. 凡是雞、犬、鷹、貓、金魚、蟋蟀等，這些會傷害小生命的動物，不應當畜養；如果已經飼養了，則不能任意棄養不顧，但不能再買有生命的眾生，做為牠們的飼料。
6. 米粒如果未經脫殼，經過若干年也不會改變氣味，等到要食用時味道還是跟新米一樣，而且不容易滋生蟲蟻。因此與其囤積脫殼的米，不如囤積稻穀。
7. 藏在米中的小蟲，容易死在人們淘煮的時候。所以應當在兩、三天前，先將要食用的米取出，平鋪在容器中，等到小蟲離開後，再淘洗乾淨。
8. 貯存麥子最容易生出飛蛾，所以應當於太陽下曝曬三、四天，再放入倉庫，並且不

可有風。如果麥子不須放至倉庫，應當加入一點石灰，存放在乾燥的器皿中。

9. 麥子中如果生出小蛾，應當先將牠挑出來，然後再洗乾淨。如果蛾很多，可以放在容器中讓牠們飛走。
10. 清明節祭拜祖先，在地上焚燒金紙，會傷到蟲蟻，應當盡量避免焚燒金紙；若萬不得已，必須選擇乾燥的地方，清掃乾淨後，快速的燃火焚燒，使蟲蟻來不及爬過來。
11. 夏天時，在中藥材中也經常藏有小蟲，因此煉藥者應該要謹慎小心。
12. 家中垃圾不可任意投於河中，以免造成河水污染，或使魚蝦誤食，而傷害河中生物的生命。