

## 第五章

### 玛哈维拉的教义

#### 1. 哲学教义

玛哈维拉祖师是耆那教传统不间断的第 24 位祖师，这个教开始的第一个祖师是里瑞沙巴德瓦，他宣扬的教义是已经被 23 位前辈提出的，帕是瓦那沙是玛哈维拉祖师前的第 23 位祖师，在他的一生中帕是瓦那沙祖师向人们宣传了耆那教基本教义对人们的益处。在帕是瓦那沙之后，生活条件相应改变了而且普通人们持有各种信仰并遵循几种实践，这是耆那教的信念和实践完全反对的。所以，很有必要把普通大众引导到耆那祖师倡导的正确道路。公元前 6 世纪玛哈维拉祖师满足这种要求，他通过对印度不同部分分散的人们强调耆那教古老的原则。玛哈维拉师持续宣传之旅直到获得帕里呢瓦那达 30 年。他的使命是宣传他的教义和说服人们走上耆那教的道路。玛哈维拉祖师非常成功因为人们被他的神圣的声音，雄辩的力量，卓越的个性和真挚的目的深深吸引，而且确定确信生活中耆那教的效用。所以玛哈维拉祖师宣传的教义是耆那教的根本的教义。

玛哈维拉祖师的哲学教义的基本原则是“塞特”即事实是不存在的和无覆盖层的这是由优特帕塔来特性的即发源和出现，“外亚亚”即破坏或消失还有“凹海克亚”即永恒。此外，每个现实的物体都拥有无穷的特征，在对官员的尊敬和非官员的尊敬。它有它的“帕里哑哑”即模式和“古那”即品质这些一直是基础。这些基本的物质和他的本质是永恒的。然而模式和非主要的特性出现又消失，这样改变和持久是经历的事实。例如，灵魂或者精神是永恒的还有它不可分的特征-意识，但是与此同时，也服从于非主要的特征像高兴，痛苦和超强制模式如身体等。两者

都是不断变化的。例如黄金它的颜色和密度是永恒的但是不同时期不同形状。

此外，哲学教义断言在这个世界上“德拉外”即物质是真实因为他们是存在的。物质是6，他们可以大致分为两个主要的类别，即“外瓦”即有生命的和“阿几瓦”即无生命的

(A) 外瓦德拉瓦：外瓦是爱特满即灵魂或者精神。外瓦本质上是意识的一个体而且是无穷大的一个。整个世界表面上是被其充斥着。灵魂是物质的而且同样地是永恒的。他们的个性特征是智能的，永远都不会被破坏。灵魂永远是完美的而且是有力的。但是忽略它一定自身出麻烦的，所以他的所有问题和退化开始。

灵魂有两种即(a)“撒木撒林”即世俗的或者“巴德哈”即受束缚的和(b)私德哈即解放的或者“木克塔”即自由的。世俗的灵魂是世界上受束缚的生物的灵魂并受轮回的约束。另一方面，自由的灵魂是达到呢瓦那或者木刻体即不受约束的自由。意味着解放的灵魂不在受束缚。这样的灵魂居住在宇宙顶部的州而且他们与世俗事情没有关系。这种解放的灵魂也完成了绝对纯洁，在他们纯洁的状态下，他们拥有四种属性

叫做“阿南塔-查涂饰它亚”无穷的四制即

阿南塔-查涂饰它亚即无穷的感知

阿南塔即无穷的知识

阿南塔外亚即无穷的力量

阿南塔-苏卡即无穷的福佑

所以最重要的显著不同在世俗和解放的灵魂包括的事实是前者是渗透到小事情上称做“卡玛”，而后者是绝对的纯粹的并是和物质无关的。

世俗的灵魂是有两种的即 ( 1 ) 四沙瓦拉即不动的或一种灵魂 , 也就是说 , 只有一种触觉的感知。( 2 ) 特拉萨“即动的或者很多中灵魂 , 也就是说 , 有躯体带有不止一种感知器官。前者和地球 , 水 , 火 , 风和植物有关系的 , 后者是依照感知器官的数量来看是不同的。

( B ) 阿及瓦德拉亚 : 无生命的物质有五种 , 即 ,

(i) 扑的噶拉 , 即物质

(ii) 达玛 , 即动作媒介

(iii) 啊达玛 , 即休息媒介

(i) 阿卡沙 , 即空间

(ii) 卡拉 , 即时间

尽管所有的这些都以存在为特征 , 时间的构造上稍有不同 : 空间上不存在 , 但是是由分裂的个体组成的。物质是不存在的原料拥有感知品质切具有各种功能和形式 ; 动作和休息的原则推动所有的物质的宇宙的运动和静态的状态 ; 所有的这些物质空间上是容纳的 , 正是时间的原则标记连续性和改变。

耆那教教义强调这六种几瓦和阿几瓦德拉瓦 , 即存在和不存在的物质是表面上存在的和灭绝时间上没有开始。因为物质他们是永恒和不变的 , 但是他们的改变是经过大量的改变的。他们的相互合作和交互作用解释了我们说的“创造”。所以耆那教的教义不承认任何聪明的“创造者”, 他可以被看作形成宇宙。

此外 , 耆那教的教义不但陈述了可以分为几瓦和阿几瓦德拉瓦 , 即存在和不存在的物质 , 但是也解释了这两种元素的本性和交互作用。简而言之 ,

可以断言存在和不存在通过相互联系，铸造一定的敌人这带来出生，死亡和各种生活的经历：这个过程可以通过一种走向拯救的原则来阻止和破坏已经铸造了的敌人。一个简要陈述的相关分析表明它包括以下 7 种主张：

- (i)有某事叫存在
- (ii)有某事叫不存在
- (iii)两者相互联系
- (iv)联系导致一些敌人的出现
- (v)联系的作用可以停止
- (vi)存在的能量也可能耗尽
- (vii)拯救可以获得

在耆那教的哲学里，这七个主张被称为七个塔特瓦或者事实。这些踏特瓦是如下术语：

- (i)几瓦，即存在的物质
- (ii)阿几瓦，即物质或者不存在的物质
- (iii)阿是拉瓦，即卡米克物质进入灵魂
- (iv)班达，即卡米克物质灵魂的绷带
- (v)萨木瓦拉，即阿是拉瓦的停留
- (vi)呢佳拉，即卡米克物质渐渐切除
- (vii)某克沙，即完全自由的获得

(i) 和(ii)几瓦和阿几瓦：在七个踏特瓦中，前两个涉及自然界永恒的物质本性和列举，剩下的五个关于这两个物质即灵魂和物质的相互作用。(iii)阿是拉瓦：第三个原则，阿是拉瓦表示卡米克物质进入灵魂的

构造。卡米克物质和几瓦的联合应归因于瑜伽。瑜伽是思想，语言和身体的活动。所以瑜伽是阿是拉瓦的渠道。实际上，汲取灵魂的自然物质因为很精致不能用感觉来感知。(iv)班大：卡米克物质进入灵魂时，互相混合的两者都被截取了。班大或者蹦大旨是物质的同化作用它适合形成由灵魂来形成因果报应因为它和热情联系。精神和物质的结合不包括完整的自然特征的灭绝，但是只有它们作用终止，依据物质吸收的质量和数量的各种程度来看。所以，灵魂和物质的融合影响一个混合个性的形成是明显的。这个个性实际上没有破坏任何一个地共享两种的本性班大的原因有，即

(a)米是亚达沙那，即错误的信仰或者信念

(b)阿外拉提，即誓约或者不放弃

(c)扑拉马达，即粗心

(d)卡沙亚，即热情

(e)瑜伽，即灵魂通过思想，语言和身体方面的颤动

(v)撒木瓦拉:渴望和厌恶的有效状态及想法，语言和身体的活动是吸引多灵魂好与不好的因果报应的条件。当这些条件不在，对几瓦来说就没有因果报应，这是完全是撒木瓦拉类的保护墙大叫所有的因果报应是我为中心建立的。所以撒木瓦拉中断了卡米克物质进入灵魂。有几种可以中断的方法都是有效的。(vi)呢家拉：呢家拉意味着卡米克物质背离灵魂。当灵魂成熟时，它会自动从卡米克中脱离而自由出来。但是这是一个漫长的过程。这种脱离可能是通过特意苦行的实践实现的。所以呢家拉有两种。因果报应的自然成熟和从灵活的分离被叫做撒外帕卡呢家拉。包括成熟前

通过苦行的实践离开灵魂的因果报应叫阿外帕卡呢家拉 ( vii ) 莫克沙 : 莫克沙或者自由是来自卡米克物质的自由 , 由于束缚的原因不存在和因果报应的脱落。所以灵魂完全脱离卡米克物质的束缚的自由叫莫克沙。这是在灵魂和物质彼此分离时获得的。这种分离当所有的因果报应离开灵魂并不在有卡米克物质吸引时有效的。

## 2 . 业的教义

耆那教哲学的基本原则遗传业的教义。这些原则断言世界上的灵魂永恒与物质相联系。当然 , 这种联系与束缚的特征是自由而且不断变换的 ; 但是灵魂被物质束缚的事实和条件贯穿所有这些变化。这个联系导致更深联系 , 所以循环继续直到联系以这样的方式被切断以避免任何新的联系。

物质和精神的联系以这种方式发生。灵魂被大量的好的并微妙的叫做业的物质包围着。当灵魂试着做任何事情 , 立刻物质周围的粒子依附于它就像灰尘粘住身体用油弄脏了。像水在牛奶里 , 这些物质的粒子和灵魂完全吸收并一生保持这种情形也包括从一个身体移动到另一个身体。灵魂和物质的联系是真实的 , 另外在一种纯粹的状态灵魂将流向宇宙的最高点因为灵魂是所有物质中最轻的。因为这种由灵魂的业 , 或行为或活动影响的联系或者束缚 , 所以连接灵魂的微妙的物质叫做业。

所以业是某种物质且它产生于灵魂的某种条件下 , 就像药片 , 当进入身体时在那里产生多种影响。业和灵魂一直一起并绑于上帝 , 人类 , 地狱的居民和次等的人类出生的轮回。既然业在灵魂上的出现是轮回和生命的所有情形 , 所以灵魂一定是脱离业的自由体。这样业一定被纯粹的想法和行为阻止 ; 业

的存在一定被实行宗教的苦行消耗。这样当业完全破坏时，灵魂变成自由体有所有潜在的品质全部开发出来。这种灵魂的解放和完美是无限福佑和其它品质的化身。所以，它应该是每个个体通过自己努力来获得灵魂的完美和天性的条件的目的。在这点上耆那哲学清晰地宣称脱离业的自由灵魂的获得完全依靠个人适当的行为或者行动而不是人类或者神的恩惠。在耆那教里就像永恒物质的相互作用（即德拉外）假定承认没有造物主，神圣的业的法律使得人是自己命运的主人且分发了最喜爱的有神论的想法即神给予人类恩惠和反对。

### 3.那亚瓦达和撒瓦达的学说：

依据耆那哲学，就像上面提及，知识的目的是巨大复杂性由物质，品质和修改组成，扩大到过去，现在和将来并无限的空间，同时，服从起源，毁灭，永恒。这样的目的只有全知的人才能领会，这在世人的感知器官的察觉下没有得到证实。但是感知是知识的间接方式，他们理解的是局部的就象众所周知的盲人摸象。每个人触摸动物的一个部分并的出结论动物象一节木头，像扇子，像一面墙等等。所以普通人不能超越他们感知的限制。所以他对现实的理解是局部的并只是对见解一个特殊有效叫那亚。所以那亚是描述事情的模式，事实可以通过大量的那亚得以表达。例如，当不同类型的金装饰从金的模式或者更改式来描述的，它叫做帕哑哑是卡-那亚或者帕哑哑-那亚，即观点的模式，当金装饰以它的物质形态来描述，即金子和他的固有的品质，叫德拉瓦是卡-那亚或者德拉瓦-那亚即物质的观点。同时，在精神讨论中，事情可以由瓦亚哈拉-那亚即实践观点的常识也可以从尼是沙哑-那亚即现实的观点。这样从不同观点描述现实的体制叫做撒瓦达。

这是不充分的如果各种现实问题仅仅是从不同观点来理解。一个人知道的必须能真实并精确陈述。这是撒德瓦达或者爱呢看塔瓦达提出的学说，即全面的观点。知识的目的是很复杂的包括无限的模式，人类的头脑是有有限的理解力的，人类的语言在表达这个经历这个范围是有自己的缺点的。在这些情景下，我们陈述的所有都是有条件或者相关正确的。所以每个陈述必须有“塞阿特”来限定，即何故或者在某种程度上，强调他的条件和相关特征的观点。这样，基于爱呢看塔瓦达或者撒德瓦达，七种主张描述一件事情看起来是矛盾的但是完全正确的，看如下方式：

(i)何故如是

(ii)何故不是

(iii)何故是也不是

(v)何故难以形容

(vi)何故如是并难以形容

(vii)何故不是并难以形容

(viii)何故如是并可以形容

例如，一个人是父亲，又不是父亲，两种表述都是完美可理解的表述，如果一个人理解他们来源的观点。涉及一个具体的男孩他是爸爸，关于另一个男孩他不是爸爸，和这两个男孩关系他是也不是爸爸，因为两个想法不能在同一时间传达，他可以叫做难以形容。尽管他是爸爸并难以形容等等。

所以，爱呢看塔瓦达学说既不是自控也不是含糊或者不确定。相反，它一系统的形式代表一个很明智的观点。

4. 解放道路的学说：



从耆那教哲学的基本原则看，很明显灵魂与生俱来能量被与卡迈克物质的联系削弱，这就是每个人发现不完美陈述的原因。耆那哲学体系也断言现实的永恒幸福只有当卡玛完全和灵魂脱离人们才可以获得，即使人们现在还不完美，人们依靠自己的努力可以摆脱卡玛，不需要外界代理任何帮助。最高的幸福是摆脱生死循环并灵魂解放。就是说，获得解脱。这个词充满了悲痛和麻烦，通过确定的方法获得超越的福佑的目标是相当必要的。当这个目标确定，下一个问题出现关于怎样获得那个目标方式。对于这个问题耆那教有个确定的答案。它强调说撒买阿哥即正确的信仰，撒买阿哥那那即正确的知识，撒买阿哥查里塔即正确的行为一起组成解放的道路。正确的信仰，正确的知识和正确的行为称为拉玛特拉亚，或者是耆那哲学体系的三个宝石。这三个是不同的道路，但是一起形成一条路。这三个必须一起组成解放的道路。因为三个平等被强调，因为毛沙玛噶即解放的道路没有三者的理解是不可能的。显然耆那哲学体系不同意三个中的任何一个独立的拯救手段。这就是为什么强调要获得解放三个必须同时取得。人们主张为了影响治愈疾病的信任在药的功效下，知识的用处，实际采纳，一起组成三个基本事情，也为了保证灵魂的解放，耆那信心的信仰，他的知识和他的实际遵守，都来自三个不可或缺的事情。解放的道路有时被比喻为梯子有两个杆和中间的横档构成台阶。边上的杆是正确的信仰，正确的知识，横档或者台阶正确行为的上升阶段。当三个都健全时，可能攀登梯子。缺少一个就不能爬梯子了。所以同时要求正确的信仰，正确的知识和正确的行为是人们应该做的。耆那教民族的学说对于家庭和和尚都是基于解放道路由他们组成(I)正确的信仰(II)正确的知识(III)正确的行为。

#### ( I ) 正确的信仰

三个宝石中，正确的信仰是第一位的，并是其它两个宝石的基础。无论如何，人必须首先获得正确的信仰或者基本的信念做基础。因为只有获得这个，知识和行为才会是正确的。正确的信仰意味七个塔特拉的正确和确定的信服。即他们的耆那原则和没有任何不正确的概念。这种信念耆那祖师是真的上帝，耆那撒特拉，即圣书，真的手稿和耆那圣人真正的校长是正确的信仰。个人正确信仰的拥有总是在获得解放上个人努力被认为是最基本的。明确断定没有信仰的苦行确定是信仰的下等，没有禁欲即使人从事低等的职业可能叫做神。这样正确的信仰给正确知识和正确行为开路，因为它就像领航员引导灵魂到毛克沙即解放。

## ( II ) 正确的知识

获得正确信仰后考虑为正确的知识奋斗。尽管正确的信仰和正确的知识是同时期的，他们之间有清晰的因果关系。正如电灯和日光灯。正确的知识是揭示事情本质的知识，不是不足也不是过分，或者错误，但是就是它自己，那两个确定的。这样的知识一定是没有疑惑，反常，含糊。耆那坚持正确的知识不能获得，除非它对立的任何种类的信仰即错误的知识消除。

## ( III ) 正确的行为

正确的行为包括纪律的规则限制所有语言，身体和思想的可非难的动作，削弱和破坏所有的活动的热情并导致无附属和纯洁。正确行为预示正确知识的存在，他们预示正确的信仰。所以，有可靠的正确信仰和正确知识的人们享受来遵循正确行为的原则，因为卡米克物质的毁灭只有通过正确的行为能够完成。正确的行为是两种 即撒卡拉沙砾特拉即完美或者绝对行为和外卡拉-查里特拉即不完美和有资格的行为，这两个中绝对一个是修道者遵循的，他已经和世间断绝关系，外行有资格的人仍然在世间纠缠。

## 5 . 民族学说

连同通向解放道路，耆那教也指示家庭和修道士遵循的确定的行为准则。所有的这些原则都是直接指向获得脱离卡米克物质的自由的主要目的，即获得自由。行为准则是如此设计以便所有的人有遵循的立场。从而行为准则被划分为两类，即。

(i)撒噶拉即外行规定

(ii)阿那噶拉达玛，即修道规定。

很明显俗人的规则没有圣人那么刚硬，因为外行没有脱离世间活动来维持他们的生计。

( I ) 外行行为准则

住户预期遵循 12 个外拉塔，即包括 ( A ) 5 个阿怒外拉塔即小的誓约和 ( B ) 7 个石蜡外拉塔即补充誓约。这些誓约来自民族编码的中心部分，通过遵循他们，外行可以保持在获得最终解放精神事业上不断的进步。

( A ) 阿怒外拉塔

五个主要的外拉塔即誓约如下遵循：

(i)爱慕撒即节制暴力或者伤害生物

(i)撒特亚即节制谎言

(iii)阿特亚即节制偷窃

(iv)布拉玛沙哑即节制性欲或者无贞操

(v)阿帕里各拉哈即节制对世间财产的贪婪

如果这些誓约严格遵循著名叫玛哈维拉即最大的誓约，自然地，这些都

是为修道者准备的。然而，外行不能如此严格遵循这些誓约，所以他们只要在他们条件如许下实行。所以，小的外拉塔即誓约，当部分被遵循称为阿怒外拉塔即小誓约。脑海里这些确定的誓约外，有 5 种巴瓦那即冥想，每一个誓约每个人都要反复思索。此外，世界上每个人必须冥想在失约中避免的五个错误是缺陷的人格，危险又可以责备的。而且每个人必须冥想以下美德，他们是基于这 5 个誓约的遵循：

( i ) 买特即和生物的友谊

(ii)扑拉某达即在解放道路上看到更好的品质或者比我们更先进的喜悦。

(ii)卡伦亚即对受害者的同情

(iv)玛德亚沙即对粗野和不良行为的容忍或者漠视。

(v)阿帕里各拉哈即节制对世间财产的贪婪

如果这些誓约严格遵循著名叫玛哈维拉即最大的誓约，自然地，这些都是为修道者准备的。然而，外行不能如此严格遵循这些誓约，所以他们只要在他们条件如许下实行。所以，小的外拉塔即誓约，当部分被遵循称为阿怒外拉塔即小誓约。脑海里这些确定的誓约外，有 5 种巴瓦那即冥想，每一个誓约每个人都要反复思索。此外，世界上每个人必须冥想在失约中避免的五个错误是缺陷的人格，危险又可以责备的。而且每个人必须冥想以下美德，他们是基于这 5 个誓约的遵循：

( i ) 买特即和生物的友谊

(ii)扑拉某达即在解放道路上看到更好的品质或者比我们更先进的喜悦。

(ii)卡伦亚即对受害者的同情

(iv)玛德亚沙即对粗野和不良行为的容忍或者漠视。

这五个阿怒外拉塔的遵循和避免喝酒，吃肉和作爱被作为八个木拉古那即户主的美德的基础或者根源。为了最少伤害生物，所有倡导节欲，不吃肉和不作爱并且每个户主必须必要拥有这些美德的来源或者基础。

这五个誓约形成耆那民族的基础。他们为生活提供了一个确定的前景并创造了精神态度的一个特殊类型。耆那哲学的本质是以这五个誓约仪式的形式付诸行动。尽管在他们脸上誓约仅仅表现为节制伤害，流言，行窃，性欲和贪婪对世间附属物，他们的含义是很广大的并且渗透耆那追随者全部生活中。

此外，就避免五个错误伤害，流言，偷盗等三件事情要做。首先，一个人不应该个人犯任何错误，其次，他不应该煽动别人这样做，第三，他甚至不应该同意这样别人委托如是(i)海木撒即伤害已经被定义为生命的伤害由适当的关心和警告引起。但是意义不局限于单独这个定义。刺破，捆绑，疼痛，超载，受饿或者没有没有适时进食，这些都是海木撒的形式而且这些必须避免。(ii)阿撒特亚即谎言，简单地说就是说伤害人的话。散布错误学说，暴露秘密和破坏他人，诽谤，造假文件，破坏信任，这些都是虚假形式并应该禁绝。(iii)超亚即偷窃就是拿没给的东西。传授偷窃的方法，接受偷来的财产，逃避法律的禁令（例如，乱价卖东西）记录错误的重量和尺寸，这些都是偷窃的形式，人必须要警惕所有这些。(iv)阿布拉哈玛即性欲也有几个形式。结婚癖（即把结婚当作一种爱好）不自然满意，纵容奢侈演讲和拜访放荡以婚和未婚女性，都是无贞操的形式或者纵欲并应该避免。(v)帕力格拉哈即贪婪世间的财产，就是要求比个人需要更多的，大量积累甚至不必要的商品，表达对其它人的财产

的好奇心，过分的贪婪和改变现有的财产的比例，这些都是帕力格拉哈的形式并应该抛弃帕力格拉哈或者帕力格拉哈帕力玛那誓约介绍说户主应该预先确定他的最大值的财产并决不应该超过这个值。如果他偶然赚的多余那个，他必须把它花在慈善机构上，最好的公认的形式是发送药品，传播知识，给危险中的人们供应挽救的生命的物品，给饥饿和贫困的人们吃的。

这五个主要的誓约中，最重要的是爱慕撒即避免伤害。高贵的爱慕撒原则几乎被所有的宗教认可，耆那教独自传授爱慕撒的全部重要性到如此范围以致耆那和爱慕撒已经成为同一术语。耆那强调断言“爱慕撒帕毛达玛”即爱慕撒是最高宗教。耆那哲学体系和它的行为规则都基于爱慕撒这个基础，这些始终得出逻辑结论。这就是五个主要誓约第一个就是遵循爱慕撒的原因。爱慕撒被认为是主要的誓约，其它四个誓约仅仅被认为是第一个誓约的细节。人们强调爱慕撒即伤害包括流言，偷盗，不贞洁和占有财产。所以所有的主要的五个誓约是基于爱慕撒原则。这就是每个人都回避爱慕撒任何借口。爱慕撒即暴力或者伤害，被认为有三种：(a) 身体暴力，包括致死，受伤和引起任何身体上的痛苦；(b) 语言暴力包括使用苛责的语言；(c) 精神暴力包括忍受对他人的感情恶待。此外，爱慕撒可能犯罪，委托或者同意。户主不能以理想的方式避免所有这些；所以人们期望最少伤害给其他人。见于人们生活的常规，伤害分为四个主要的：(i) 第一，它是噶拉木百爱慕撒，挖掘事故伤害，重击烹调和其它的日常生活的活动。(ii) 第二，它是代阿弥爱慕撒，即职业伤害，当士兵战斗，农民耕种土地等等。(iii) 第三，它是外老带爱慕撒，即防卫

受伤害，(iv)当一个人保护自己或者其它生命反击野生动物和敌人。( iv )  
第四，它是素卡皮爱慕撒，即故意伤害，当一个人因为狩猎或者屠场杀害他们。户主要禁绝所有的故意伤害并直到其它的可能的。意图或者精神态度比行为更重要。所以人们要对自己的意图纯粹和虔诚极度关心并放弃故意伤害。

#### (B) 补充誓约

连同这五个阿怒外拉塔，即小的誓约，还有七个石蜡外拉塔即补充誓约。就像围墙保卫城镇，所以补充誓约保护阿怒外拉塔。所以为了实行主要的阿怒外拉塔，石蜡外拉塔也必须由户主实行。7个补充誓约如下：

(i)带格外拉塔，即开始终生的誓约来限制他的世间行为关于所有的方向上确定点。

(ii)德沙外拉塔即，即采纳誓约来限制上面并在一个有限范围内。

(iii)按捺沙丹达-外拉塔，即采纳誓约不犯过错，或者避免不道德的犯罪活动。

(iv)撒玛一卡，即采纳誓约来每天贡献特别的时间去沉思或者冥想为了精神进步。

(v)扑老沙到帕外撒，即采纳誓约开始一个月四天斋戒即两个星期每个第八天和第十四天。

(vi)友帕抱噶琶栗暴噶-帕里玛那，即采纳誓约每个人限制自己的可消费和不可消费享受乐事。

(vii)阿提替-撒木外巴噶即采纳誓约只有在修道者吃过后或者他们不在时他们虔诚的户主之后才可以进食。

除了这七个补充的誓约，前三个叫古那外拉踏即增加的誓约，因为他们提高了五个主要誓约的价值；剩下的四个叫做石可沙外拉塔，即训诫誓约，因为他们是修道生活的纪律预备的。所以五个阿怒外拉塔，三个古那外拉塔和四个石可沙外拉塔组成外行 12 个誓约。有五个阿提沙拉即缺点或者部分违反，对这 12 个誓约的每一个并他们会被遵循这些誓约的人避免。这 12 个誓约最重要的特征是通过实行这些誓约外行最终在有限范围内有限时间加入了修道者路线，实际上没有断绝世间关系。很明显这些实践在外行和修道者间维持了一种紧密关系，因为两者由同样动机和被同样的宗教理想感动。

除了上面 12 种誓约户主预期去在他生命的最后时刻实行的程序是撒乐克哈那，即平静或者自愿死去。外行被期望不但要过着约束的生活，而且勇敢死去。这种主动的死亡是和自杀相区别的，自杀被耆那认为是胆怯过失。人们说当面对灾难，饥荒，年老，疾病，这些没有治疗法时，虔诚的户主应该平静地放弃他的躯体，因为被更高的宗教理想鼓舞着。怀着平静并分开的情绪，他应该勇敢并自愿面对死亡。这个撒乐克哈那是对户主 12 个誓约的一个额外的誓约。像其它誓约一样，撒乐克哈那也有 5 个阿提沙拉，即部分犯罪，这些户主会避免的。

为外行规定的这些正确的行为规则，已经被很便利地划分为 11 个扑拉提玛，即阶段或者步骤。这些扑拉提玛形成了一系列的职责和执行。标准和持续时间发生并最终达到像僧侣的顶点。所以扑拉提玛是按程度上升的并且每一个阶段包括所有在它之前实行的美德。11 个扑拉提玛的观念以最好的方式为外行人揭示了行为规则。11 个扑拉提玛是如下：



(i)达沙那扑拉提玛即拥有对耆那教完美，机智和很理智信仰，就是说，拥有生活中合理的学说知识和他们的请求。

(ii) 外拉塔扑拉提玛即继续 12 个誓约并另外的撒克哈那誓约。

(iii) 撒玛一卡扑拉提玛即有规律礼拜，一般是一天三次，四十二分钟。礼拜意思是自我沉思和净化思想和感情。

(iv)扑老沙到帕瓦撒扑拉提玛即规律禁食，作为一种规则，每个月圆月双周两次。

(v)撒施塔-特亚噶扑拉提玛即戒除吃生蔬菜，从树和相似物上采摘水果。

(vi)拉特例-布可塔-特亚噶扑拉提玛即日落后戒食食物。

(vii)拉麻纱亚扑拉提玛即维持性纯洁性傲视独身生活也不装饰自己。

(viii)阿拉模巴-特亚噶扑拉提玛即放弃仅仅市世间的婚约和职业。

(ix)帕里各拉哈-特亚噶扑拉提玛即剥夺个人野心通过把个人财产分给所有的后嗣并一般训练来忍受修道者生活附带的困难。

(x)啊努马蹄-特亚噶扑拉提玛即渐增严格生活在修道方面并限制即使在关系家庭荣誉，生意等类似事情的方面给建议。

(xi)由地是塔-扑拉提玛即放弃家庭生活，退隐森林和采取规则为修道者规定的指导后。

户主得到建议依据他的能力和环境，他应该一个阶段一个阶段发生，一旦她达到第十一阶段，他完全准备好了来实行修道生活的严厉方针。

## (II) 修道者的行为标准

当外行持续遵循为户主规定的行为准则尤其是获得了所有的精华，他就具备了修道者资格。这样，在俗人和修道者两个社会行列中有了更紧密的联

系。外行行列（包括女性形）是初步的，在很多情况下，修道士行列的预备（包括修女）。因为这个亲密的关系，我们发现外行和修道者的规定规则在种类上没有不同，但是程度不同。外行遵循的相同的行为规则是被修道者遵循，唯一的不同是外行实行他们是局部地或者不很严厉，而修道者得完全遵循他们而且更严厉。所以户主的阿怒外拉塔即小的誓约成为玛哈外拉塔即伟大的誓约，当他们被修道者实行时。这是很明显的因为修道阶段意味完全脱离世间，只有这个阶段的目标将是把经历聚集在获得毛克沙即解放。修道者是精神培训更高阶段而且他是真正做出努力来停止轮回和轮回的脱落的阶段目的是获得解放。所以，每个为修道者规定的行为准则后来的没有错误和违反的遵循。

中断新生的卡卖克物质进入自我或者灵魂被称为撒木瓦拉并受如下影响，

- (a) 三种固扑提即管理
- (b) 物种撒米提即慎重
- (c) 十种达玛即美德
- (d) 十二种阿怒扑乐克沙即冥想或者反省
- (e) 二十二种帕力沙哈佳亚即征服苦难
- (f) 五种查力特拉即行为。

(a) 固扑提：轮回的流程到自我或者灵魂是由身体，语言和思想的活动引起的，所以修道士很必要保持这些流程路线在严格控制下，通过自我控制的原则(i)他们中的第一个是玛闹-固扑提即思想的原则以这样的方式来只为纯粹思想提供空间。(ii)第二个外固扑提即演讲的规则和它在于遵循特殊时期肃静或者只有说绝对必要那么多。(iii)卡亚固扑提即一个人身体行为

的规则。

(b)撒米提：在修道行为的占有可能上，誓约可能因漫不经心而违反。所以作为警惕的标准撒米提即细心的行为被规定。设计撒米提为了培养细心的习惯与阿海木撒原则一致，即不伤害。撒米提为了身体的规则行动而规定如下：

(i)爱亚撒米提目的在于规则行走，为了不伤害生物。

(ii)巴沙撒米提规定演讲的模式为了避免通过无礼的语言伤害其他人的感情

(iii) 爱沙那撒米提规定寻找或者吃食物为了不对任何生物引起任何伤害

(iv)阿达那乃可社帕撒米体规定拿或者用的行为及储存等任何无论什么。

(v)由特撒噶撒米提规定与回答本性的呼唤相连的行动等等。三个固扑提和五个撒米提有时候划为一组名叫“阿是塔-扑拉瓦沙那-玛塔”即“信条的八个母亲”归于他们的基本特征。

(c)达玛：主要归于卡沙亚即热情，灵魂吸收卡玛，所以可老达的四个热情必须通过培养由它玛达玛阻止即最高美德如下：

(i)由它玛-克沙玛即最高宽恕

(ii)由它玛-马达瓦即最高温和或者谦卑

(iii)由它玛-阿加瓦即最高坦率和正直

(iv)由它玛-沙沙即最高满意或者纯洁

(v)由它玛-撒特亚即最高真实

(vi)由它玛-撒木亚麻即最高自制

(vii)由它玛-它帕即最高节俭

(viii)由它玛特亚噶即最高放弃

(ix)由它玛-阿克山亚即最高无附属

(x)由它玛-不拉玛沙亚即最高贞节

这十个美德一起称为达沙拉克沙那达玛即十个惯例。

(d)阿怒扑乐克沙：为了培养必要的宗教态度，修道者不断反思十二个宗教主题叫做阿怒扑乐可沙应该反复冥想。十二个阿怒扑乐克沙是如下：

(i)爱呢特亚阿奴仆乐克沙即一切都是变化或者是短暂的

(ii)阿沙拉那阿奴仆乐克沙即无保护或者无助。感觉是灵魂在轮回结果上  
是无助的，例如死亡等等。

(iii)撒木撒拉阿奴仆乐克沙即世俗的，灵魂以存在的圈移动并直到断绝才  
可以获得幸福

(iv)爱卡特瓦阿奴仆乐克沙即孤独。我是孤独的，我行动的行为者和他们  
结果的享受。

(v)安压特瓦阿奴仆乐克沙即分开的。世间，我的亲戚和朋友，我的身体  
和思想，他们是和真实的自我是区分并分开。

(vi)阿舒适阿奴仆乐克沙即不洁。身体是不洁并肮脏的。

(vii)阿石蜡木阿奴仆乐克沙即流动。轮回的流动是世俗存在的原因并它是  
热情的产品

(viii)撒木瓦拉阿奴仆乐克沙是中断轮回的流动必须由培养必要的美德来  
中断

(ix)尼家拉阿奴仆乐克沙即脱落。卡买克物质必须被破坏或者震动出身体  
通过忏悔实行。

(x)老卡阿奴仆乐克沙即宇宙。宇宙的天性和它的所有巨大的范围的要素提供的无意义痛苦的时间和空间的人类的空白。

(xi)宝代杜拉巴阿奴仆乐克沙即稀有的宗教和知识。很难获得正确的信仰，知识和行为。

(xii)达玛阿努扑乐克沙即反省宗教的真实本性尤其是在三重解放道路征服者宣传的。

有时候这些阿奴仆乐克沙被称为巴瓦拿即沉思。

(e)帕里沙哈家亚：为了保持稳定解放的道路和破坏轮回，修道者应该高高兴兴地忍受所有的可能使得他们分心或者痛苦的问题。

通过这些难题或者艰难，修道者的通过叫做帕里沙哈即受难。共有 22 个帕里沙哈，僧侣要坚定地面对他们，他们是：

(i)刻丝组即饥饿

(ii)劈啪撒即口渴

(iii)石塔即寒冷

(iv)有是那即炎热

(v)达木啥那啥卡即昆虫叮咬

(vi)那各尼压即裸出

(vii)阿拉替即厌倦或者不愉快的环境

(viii)丝提即种族隔离情绪

(ix)沙哑即过多行走

(x)尼沙德亚即同一个姿势长座

(xi)沙哑瓦即停留在坚硬的土地上

(xii)阿克捞沙即虐待

(xiii)瓦达即殴打

(xiv)阿拉巴即没有食物的失望

(xvi)老噶即疾病

(xvii)特那帕使即刺痛

(xviii)玛拉即身体肮脏和不洁

(xix)撒特卡拉扑丝卡拉即人们的不敬

(xx)扑拉那即学习不感激

(xxi)阿几那拉即持续的忽视

(xxii)阿达沙那即动摇信仰，例如，没有获得超自然的能量即使经历了很大的苦修和节俭开始怀疑耆那的真实性和教义。

这些帕里沙哈应该被渴望摆脱所有痛苦原因的修道者没有任何恼怒的情绪来忍耐。

(f)行为：修道者也指望努力遵循五种行为如下：

(i)撒玛一卡即镇定

(ii)杜大帕沙派阿即惊慌后恢复镇定

(iii)爬犁垃拉外书带即单纯绝对不伤害

(iv)素克玛-撒木箠子亚即所有但全部无情

(v)亚沙哑塔即理性并无热情行为

这五种行为有助于维持修道者精神纪律。

连同撒木瓦拉即轮回到灵魂流的中断，修道者不得不努力影响尼家拉即从灵魂渐渐带走轮回物质如果他们的继续在他们解放的道路上前进。通往你

家拉的主要道路即轮回的脱落；是遵循塔帕即忏悔或者苦行即(a)巴大雅亚帕即外部的苦行指食物和身体活动(b)阿不严踏拉它帕即内部苦行指精神纪律。两种每个都有六个类别

(a) 巴亚它帕：六个外部苦行如下：

(i)阿那沙那即禁食

(ii)阿瓦毛大雅即不吃饱或者比胃口要求吃的少

(iii)外力提-爬犁撒木刻眼德即采纳精神誓约接受户主的食物只有在某个条件满足没有让任何人知道这个誓约。

(iv)拉萨-爬犁特亚噶即日常脱离一种或者六种更多的美食即酥油(过滤的黄油)牛奶，凝乳，糖，盐和油。

(v)外外克塔-沙哑萨那即在一个隔离的地方，缺乏生机勃勃的人类的地方座着和睡觉

(vi)卡亚乐沙即禁欲只要思想不受干扰

(b) 阿不严踏拉它帕:六个内部苦行如下：

(i)普腊亚是塔即赎罪或者坦白和罪的悔改

(ii)一那亚即礼敬或者谦让的行为

(iii)外亚外特亚给其他的圣人提供服务

(vi)四瓦带哑哑即学习经文

(v)外域撒噶即放弃身体的附属

(vi)德亚那即集中注意力这些外部和内部的忏悔表明修道者的过着克己的严厉生活。修道者的持续吃最少食物并在获得精神理想上做最多的工作。

在耆那教里精细的禁食方法已经发展而且修道者在他的一生事业中都受

有效率的训练，当死亡来临时，他指望自愿禁食并放弃身体就像一个人愿意丢弃衣服一样容易。修道者总是通过遵循一系列不同安排的禁食实践禁食。

在内部忏悔的特殊重要性附注德亚那即冥想，因为它被认为是最重要的精神实践总是独自使灵魂能够在解放道路上取得进步并破坏所有的轮回。为获得精力集中有益和厌恶的附属来自有害的物体都的放弃，这是成功冥想的先决条件。人们总是强调舒克拉德亚那即纯粹的冥想，最终引导灵魂解放因为在舒克拉德亚那是为了完全停止身体，语言和精神活动的尝试。当所有轮回库存都耗尽通过遵循为耆那伦理设置的行为规则，灵魂暴涨到宇宙的最高点，在那解放的灵魂得到永恒。