

《皈依的意义与方法》讲记

讲述者：大乘妙法弘护学会导师

上净下界法师

本会所提供之经书电子档，皆可免费下载。

但不得擅自加注、修改、增删。

前言代序

我们今天要跟大家讨论的主题是：关于“皈依的意义与方法”。在讲主题之前，先简单地说明：“皈依”在佛法修学过程中的重要性。

身为一个有情众生，每一个人内心当中，都有一个共同的目的，就是希望能“离苦得乐”，基于这样的心情，就会开始去累积一些善业。但是善业的性质有两种差别：

（一）外道的善业：就是在行布施、持戒、忍辱时，我们的心是“向外”追求，这样的善业只是一种“福报”，可以带给我们暂时的安乐，对于内心的烦恼跟罪业，却没有对治的力量，也就是不能产生“解脱”的功德，这就是所谓“外道的善业”。

（二）圣道的善业：就是你在修习布施、持戒、忍辱时，是从内心的“道念”所发动出来的，这种善业不但带给你快乐，还会在你内心当中，产生一种解脱的功德、调伏你的烦恼跟罪业，这就是“圣道的善业”。

所以说：佛弟子跟一般外道修习善业的最大差别，就是佛弟子内心当中有“三皈依”的基础，在“皈依佛、皈依法、皈依僧”的基础之下来修习善业，这种善业具有解脱的殊胜功德，所以佛弟子的善业叫做“波罗蜜多”——能够让众生度脱生死苦海，到达涅槃彼岸。

关于这两种“善业”的差别，我们可以举经典上的譬喻，来让大家了解：

佛陀在经典上说：在一个广大的草原上，有两个牧牛人，他们各自领了很多头牛在吃草，当草原上的小草快被吃光，他们就必须渡过恒河，换到另外一边去吃草，否则这些牛就要饿死了。

这时候，第一个牧牛人，他没有用正确方法来引导这些牛，他看到恒河宽广，水流又非常湍急，就用强迫的方式，使令牛群往河流里面冲，结果有三分之二的牛都死在恒河当中。

另一个牧牛人，他非常聪明，就在恒河当中，找一个最窄（两岸最近）的地方、水流最平和的地方，而且把牛分成三类，第一种牛是最强壮的牛，他让这三分之一强壮的牛，先往前冲；当这些牛冲过去，到达彼岸时，就非常满意地在那边叫着；这时候中等的牛得到信心鼓舞，一鼓作气，也跟了过去；等到三分之二的牛都到彼岸之后，剩下最后三分之一羸弱的牛，看到大部分的牛都过去了，输人不输阵，也就提起勇气冲了过去。结果全部的牛都到达彼岸的大草原，得到丰富的草水。

佛陀说：佛弟子们！我们今天要离苦得乐，一定要有正确的方法，这叫“善巧方便”。外道也想要离苦得乐，但是苦于没有正确的方法，也就是没有三皈依的引导，所以所做的事情，往往是事倍功半。我们经常说外道是盲修瞎练，这是正确的，因为他想离苦得乐，但是却不知道方法。

佛弟子在“离苦得乐”的过程当中，想要有一个正确的方法来引导修学，这个

方法就是：“皈依佛、皈依法、皈依僧。”

我们可以这样说：“皈依”是佛法所有修行的一个根本。

不管是修习五戒十善，修习四谛、十二因缘、六波罗蜜……都要以三皈依做基础。

宗喀巴大师说：“一个佛弟子假设所修的善业，不跟‘三皈依’相应，这个就是外道法”。

“皈依”在我们佛教的修行当中，非常重要，它是一个非常重要的“道”——修行的根本；你失去这个“道”，想要离苦得乐就变成不可能，因为你没有善巧方便。因此，我们的确需要花两堂课的时间，将皈依的意义跟方法，作比较深入的探讨。

◎将释此义，大分为三：

甲一：总标皈依的意义

为什么要修皈依？皈依三宝，究竟有什么功德？

假设我们今天不修习皈依，直接去修习善法，会有什么过失？

就是把皈依的意义先做说明。

甲二：别明皈依的方法

当我们知道皈依的重要性之后，应该如何正确的修皈依？

甲三：结示劝修

最后，引用一个简单的偈颂，把前面所有的内涵作一个总结。

甲一、总标皈依的意义（分二：乙一、解释名义。乙二、三宝内涵。）

乙一、解释名义

“总标皈依的意义”这当中有二段：第一段是解释名义，第二段是三宝内涵。

首先，先说明“皈依”的意义，它的内涵是什么？“皈依”这两个字，到底是什么意思？

我们讲“皈依”，当然是指“皈依三宝”。什么是“三宝”？“皈依”是约着我们“能皈依的心”来说；“三宝”是约着我们“所皈依”的境界来说。所以，这地方分成“能”跟“所”。

“三皈依”：“三”是指“佛、法、僧”三宝。

“佛、法、僧”为什么用“宝”来作譬喻呢？

“宝”：是指世间的无价珍宝。“珍”：就是它很珍贵、稀有，不是每一个地方都

有这个珍宝。也就是说，三宝的出世，不是经常出现的；一个人能遇到三宝，是很不容易的，有“稀有”的意思。而且“宝”也是宝物的意思，好比黄金、钻石、玛瑙……这些东西戴在我们身上，有趋吉避凶、离苦得乐的作用。

换句话说，在我们没有皈依三宝之前，我们内心当中有很多的烦恼跟罪业，对于这些烦恼跟罪业，我们一点办法都没有。所以，我们必须仰仗“三宝”的加持，才能够使我们趋吉避凶、离苦得乐。

一个贫穷人，想要离开痛苦、想要得到安乐，就必须要有这些宝物的资助。佛法以世间的宝物来比喻“佛、法、僧”，因为我们内心跟“佛、法、僧”接触的时候，的确可以产生离苦得乐、趋吉避凶的功德力量。

“皈”有两层意思，就是**“归顺、趋向”**的意思。

一、“归顺”：是我们心中的一种希望，当我们看到三宝，对三宝产生希望，希

望能够跟三宝相应，能够成就三宝的功德。

二、“趋向”：它不但是希望、一种目标，还必须产生行动，开始去修皈依，慢慢地跟三宝接近，所以叫做“趋向”。

换句话说，“归顺”是我们把三宝的功德，当做我们生命的目标；“趋向”是我们有一定的修行内涵，慢慢地趋向于三宝的功德。

“依”就是依止、不要忘失。当你内心有三宝的功德之后，就要不断地去忆念，不要忘失三宝；已经得到的东西，不要让它失掉，所以叫做“依止”。

简单讲，“三皈依”，就是“佛、法、僧”三宝，是我们每一个佛弟子所归顺、所趋向的一个目标，而且对于这个目标，我们要经常地忆念、不忘失，这叫“三皈依”。

以上是简单的说明，看第二段道宣律祖的开示：

《业疏》云：“多论云：以三宝为所归，所归以救护为义。如人获罪于王，投向他国，以求救护，彼王敕言，汝求无畏以投我者，莫出我境，莫违我教，必当救护。众生亦尔，系属于魔，有生死过，归向三宝，魔无如之何。”

这段文对于“三皈依”就讲得更清楚了。我们可以把它分成三段：

第一段是引用《萨婆多论》的说法：“以三宝为所归”。

当我们在修皈依的时候，必须要清楚，我们所皈依的对象是佛、法、僧三宝。为什么要皈依三宝呢？这其中的一个目的就是：“所归以救护”。

“皈依”的意思，就是我们在生命当中，祈求三宝的救拔跟保护。

在还没有学佛之前，我们的内心也有一个皈依处，都是皈依我们的欲望——心中想要做什么，就随这个欲望去做，没有办法控制这些欲望。当我们的内心起贪念时，就随顺贪念去造业；当我们的内心起嗔心时，就随顺嗔心去造业，心中一点办法都没

有。虽然我们也想要离苦得乐，但实际却是做不到。

我们应该要知道，什么叫“皈依”：

就是：这件事我做不到，只有他能够帮助我，所以我对他皈依！

如果说，我本身可以做得好，对方对我来说可有可无，那就不叫“皈依”了。也就是说：我们自己对于内心的欲望，没有制止的力量，因此祈求佛、法、僧三宝的加持、三宝的救护，这个叫做“皈依”。简单讲就是这个意思。

第二段，道宣律祖讲一个譬喻说：“如人获罪于王，投向他国，以求救护”。

有一个人，他本来住在一个恶势力大国王所控制的国家里，而且得罪了这个国王。我们要知道，国王是有大威德力，这个人长时间被这个恶国王所主宰，内心当中有很多的伤害跟逼迫；就好比我们在三界流转，虽然我们不愿意，但是一定会受生死魔王的控制，每一次的生命，都要遭受生老病死的折磨。

这时候，我们希望能够改变——“投向他国”，逃跑到另一个善良的国家去；“以求救护”，希望能够得到善良国王的救拔跟保护，以远离逼迫和伤害。

这时候，“彼王敕言，汝求无畏以投我者，莫出我境，莫违我教，必当救护”。这个善良的国王说：“你想要远离痛苦，所以才来投靠我，我提出两个条件：第一个‘莫出我境’。第二个‘莫违我教’。这样子，就可以救拔你。”

每一个佛弟子都曾经受过“三皈依”，但是每个人所得到的加持力，并不相同。他受三皈依，我也受三皈依，我们会觉得三宝的加持力，好像“不平等”，对某些人而言，是特别的有力量，对某些人而言，却没有多少加持的力量。其实这是错误的，三宝对众生的加持力是平等的，重点是：我们皈依的方法是不是正确？因为三宝要救护你，他提出两个条件：

第一个：“莫出我境”。这是约着“人”来说的。

我们可以把三宝的内涵，分成“人”跟“法”；“佛”跟“僧”都是有明了性的，这叫“人”；“法”是真理，是没有明了性的。皈依三宝，其实就是皈依“人”和皈依“法”。

“莫出我境”是约着人来说的——就是你不能离开佛、不能离开僧宝善知识；如果长时间没有善知识的开导，你的内心就容易随顺欲望活动。

第二个：“**莫违我教**”。你要经常听闻佛法的教诲，佛陀告诉你：什么事该做，什么事不该做；什么是功德相，什么是过失相；你要经常听闻佛法，如果长时间没有亲近佛法，你就会亲近自己心中的欲望。

所以，我们希望祈求三宝的救护，必须做到两个条件：“莫出我境，莫违我教，必当救护”。后文的修皈依，就是紧扣着这两个主题：第一个、如何皈依“人”。第二个、如何皈依“法”。这一段是譬喻，看第三段的合法：

“众生亦尔，系属于魔，有生死过，归向三宝，魔无如之何。”

像我们这样苦恼的众生，始终被心中的欲望魔王所控制；有欲望就容易去造恶业，有恶业就会召感痛苦的果报，这是一定的。虽然我们不想堕到三恶道去，却不断地创造三恶道的业力，因为控制不了自己的欲望。怎么办呢？“归向三宝，魔无如之何”。唯有仰仗三宝的加持力，才能调伏心中的欲望，而得到解脱。

诸位要知道，如果我们的生命本来就很圆满，其实不需要皈依的。“皈依”的意思是说：“我对于自己目前的生命不满意，望生命有所改变；我希望有更好的生命，但是我做不到，所以我祈求三宝的救护！”是这种心情。当一个人不想让生命继续进步，他是不可能皈依的；他一天过一天，有什么关系？

皈依是：他出自内心想要改变自己，可是他自己又做不到！

因此，善导大师对“皈依”提出两个重点：

第一个、你相信你是生死凡夫，没有出离的力量。

我很想要离开三界火宅，我觉得在三界当中，每一次都是这样的“生老病死……生老病死……”实在不是办法，我想要把这个生死给结束，到达涅槃安乐的地方，那才是真正的皈依处，但是我没有出离的方法。

第二个、你相信三宝有足够的力量来救拔你。

佛在世的时候，有一位忉利天天王“释提桓因”（佛在世时，有很多释提桓因），当他的生命要结束了……天人跟人类不同，我们自己要死了还不知道，天人濒临死亡，会有五种征兆，譬如：头上的花掉下来，枯萎了；身体本来是香气的，却释放出臭秽的味道来，其他的天人纷纷远离他……这时候他就知道他的天福即将结束。

更可怕的是，天人有神通，可以预知来生的去处。他用神通观察自己将投生到一个农村，有一只母猪怀了六胎，他是其中的一胎。这样的差别很大，长时间当天

王，来生将变成一只卑贱的猪，心里非常忧惧，不知道应该怎样才好。

这时候……他想要去抗拒命运，想要有所突破、改变……他就拜访很多的善知识，最后找到了三界之王——大梵天王。大家都知道，大梵天王是三界中的最高的主宰者。他就跪在大梵天王的座下说：“天王，我即将要死亡，而且我知道我死了之后，将要投生做猪，您老人家有大威德，请您告诉我一个方法，我一定会好好奉行，只要能够让我脱离猪胎，继续做天王，我什么都愿意做。”大梵天王想了一下，回答说：“仁者，你问的问题超过我的能力，虽然我有方法让你做天王，但不是短时间能做到的。你的死亡时间已近了，我没有那种快速的方法，可以让你继续做天王，这是我做不到的！”释提桓因听了，感到很失望…

天王接着说：“在人世间有‘释迦牟尼佛’出世，他是一位大智慧者，你去向他祈求，或许会有帮助。”

一般来说，只要不是佛弟子，天王都是很高慢的，他看到对方是人类，是看不起的，因为他有求于佛，佛陀现人身，所以他就化作一个人来到佛陀的面前。但是这个时候，他的果报体就像蜡烛烧到最后，寿命即将结束了……他赶紧用神通力，奋力来到佛陀的精舍；看到佛陀，至诚地念“南无佛”，就很虔诚地“皈依佛”。

因为那个时候，死亡已经到来，心中的恐惧非常地强烈，那种强烈皈依的心，透过身体的礼拜，拜下去的时候，倒在地上就死了。他的业力瞬间牵引他到猪的地方投胎。但是，因为在死亡之前，他曾礼拜、皈依佛陀，而且有强烈的愿望—想要恢复当天王的意愿，由于“善业力”和“誓愿力”，结果他投胎的时候……猪在生产之前，本来很安静地在草堆里等待生产，突然间，由于他善业力的发动，母猪像发疯一样，从窝里跑出来，到处乱撞，就把主人的玻璃瓶给撞破了；主人一气，拿棒子打这个猪，结果猪就流产了。流产之后，释提桓因所投胎的猪死掉了，因为他的善业力强，又让他转世作天王。这就是为什么要皈依，因为我们没有这种功德力。

虽然我自己没有光明，但是我愿意经常去亲近光明，我自己也会有光明！

这就是说明：“皈依”就是我们心中想要离苦得乐，但是我们做不到，所以必须要随顺、趋向于三宝的加持，才能够达到离苦得乐的效果。

乙二、三宝内涵

我们想要“皈依”，到底要皈依什么呢？什么东西值得我们去皈依呢？这一科，将三宝做一个详细的说明。

“三宝”的种类，一般来说，可以分成两种：

第一个是“**住持三宝**”：住持三宝，是属于外相的三宝，它是一种有相状，是我们能够见、闻、觉、知——眼睛看得到、耳朵听得到，能够感觉存在的，这个叫作“住持三宝”。

第二个是“**理体三宝**”。理体三宝，是一种内心的功德，虽然不能够感觉它的存

在，但事实上它是存在的，这是一种心地法门。

首先我们看“住持三宝”有三种：

（一）**佛宝**：是形像、塔庙。“形像”是指佛陀的形像，譬如用纸画的佛像，或是用铜塑造成立体的佛像，这些都是形像三宝。“塔庙”是佛所住的处所，大雄宝殿也代表佛宝。

换句话说，虽然佛陀灭度了，但是我们对着佛像礼拜，能够“拜佛如佛在”；依照宗喀巴大师说的：你看到佛像，你把它当作真佛一样地礼拜，它的功德就跟拜真佛一样大，因为它能够使令佛宝住世。关于佛像的传承，其实佛在世的时候就有佛像。

有一次，佛陀为了度化他的母亲——摩耶夫人，上升到忉利天为母亲说法三个月。人间的弟子们，因为很久没有看到佛陀，非常思慕佛陀，就派一个阿罗汉用神

通来到天上，请佛陀赶快回到人间，向佛陀说：“弟子们很久没有看到佛陀，很想念佛陀！”佛陀说：“这个弘法还没有结束，就请一位画家，画下我的形像，你们恭敬礼拜我的形像，功德也是一样。”从那个时候，就有所谓的「佛像」。

我们要知道一个观念：**诸佛如来是法界身，入一切众生心想中！**佛陀可以用任何的形像出现。我们凡夫身叫“业报身”，受着业力的系缚，我的灵魂不能跑到你的身体内，不可以，被这个业力所系。佛陀没有业力的束缚，可以变现任何的形像。

事实上“佛宝”，除了佛像也包括佛的名号：“南无阿弥陀佛”，所以我们中国佛教很重视持名。你说：我一心归命阿弥陀佛。谁代表“阿弥陀佛”？当然有人说是佛像，但是你用眼睛看佛像会很辛苦。所以，中国佛教从二祖善导大师之后，强调“持名”，就是“一句**阿弥陀佛念、诵、听**”。你创造一个声音——“南无阿弥陀佛”，然后这个声音你再听回去，这时候你就皈依了佛陀。所以在净土宗当中，是以佛号

声、以他的名号来代表阿弥陀佛。

所谓的“住持三宝”，当佛陀灭度之后，借着外在的佛像，使令佛陀的功德能够不流失，这个“住持”就是相续而不流失的意思。

(二) 法宝：是纸素所传。“纸素”就是白纸所记载的这些文字经典。其实法宝是一种“真理”；真理本来是存在佛陀心中的一个“道”，是不能言说的，但是为了把圣道的观念流传于后世，就必须假借文字了。譬如佛陀要形容我们生命的现象，佛陀说：“生命就像是无尽的水流。”我们从这样的文字就知道——生命就像水流，是变化无常，但又相续不断。所以这个“法宝”是指文字、经典，从文字当中，文以载道，可以让我们知道真理。

(三) 僧宝：是戒法仪相。“戒法”从内心来说，有受持出家的比丘戒、比丘尼戒；外表上现出剃除须发，身披袈裟的“仪相”，叫做僧宝。

这些都是我们能够看得到、听得到的，叫作“住持三宝”。

其次，“理体三宝”也有三种：

（一）**佛宝**：是五分法身。这里的佛是指“法身”，是一种清净功德所成就的法身。法身可分为五种：戒身、定身、慧身、解脱身、解脱知见身。

（二）**法宝**：是灭理无为。“灭理”就是寂灭的真理。这个寂灭的真理是无为法。生命的现象是变化的，你今天跟昨天不一样，今天跟明天也会不一样，但是在涅槃当中，它是没有变化的，它没有这种变化、不安稳性，所以这个法宝事实上是指“涅槃”。

（三）**僧宝**：是声闻学、无学功德。“学”是指初果、二果、三果圣者；“无学”是四果阿罗汉，他所作已办一生死已尽，所以不用学了。也就是说，只要你是“圣人”，一切的圣人都有资格称为僧宝，不一定是出家行者。从僧宝的实义来说，它是

约心地，具足了初果、二果、三果、四果的功德，这个叫“僧宝”。

从次第上来说，我们刚开始所皈依的是住持三宝，先从“有相的三宝”，才能够趋向于“无相的三宝”，是这个意思。所以你刚开始一定要对佛像礼拜、赞叹、作愿，内心产生一种善业力，然后再契入理体三宝。一定是先成就善业力，然后才产生正念力，从“住持三宝”而产生“理体三宝”。

如果我们只是在“住持三宝”上用功，这个叫“**执事昧理**”；只有事相上的皈依，内心当中没有正确的观照，这样只能够成就人天福报。因为：

住持三宝是成就——善业力；理体三宝是成就——正念力。

如果我们只是修“理体三宝”，没有修“住持三宝”，这叫做“**执理废事**”，只知道道理而不知道事相。

我知道有一个学者，是一位在家居士，他研究佛教理论很多年，也作了很多关

于佛教的著作。有一次病倒了；人在生病的时候，意志会比较薄弱，到了晚上，就有鬼神去伤害他、压迫他。他是佛教界的有名人物，平常只重视理论，只知道佛法的道理，对于“住持三宝”事相上的修行，太过忽略，所以面对鬼神一点办法都没有；赶紧去翻阅藏经找大悲咒，看看藏经大悲咒怎么念……但是太慢了，因为不熟练，比一个阿公、阿婆还差，阿公阿婆遇到鬼神——阿弥陀佛、阿弥陀佛……一句佛号念下去，鬼神就跑掉了。但是，如果你只有“事相三宝”，没有“理体三宝”，这个叫“人天福报”，也是不能解脱。所以“住持三宝”跟“理体三宝”，二者缺一不可。

“住持三宝”是一个基础，“理体三宝”是一个目标！

这就是我们所皈依的三宝有两种，等到后文我们再介绍如何来皈依。

甲二、别明皈依的方法（分二：初、事相皈依。 二、理体皈依。）

前面一科讲到“皈依的意义”——“能皈依的心”跟“所皈依的境”。

“能皈依的心”就是我们有一种祈求救护的心情；**“所皈依的境”**有二种：一种是“住持三宝”，或者讲外相三宝；一种是“理体三宝”，是内心的三宝。

前面的内涵是一种理论的说明，在皈依之前，先建立一些基本的概念：应该以什么心情来皈依、皈依又是什么，做一一的说明。这一科是讲到正式的方法。修皈依的方法，佛教中有两种：一种是**“事相的皈依”**，一种是**“理体的皈依”**。

乙一、事相皈依（分三：一、身业的礼拜。二、口业的称叹。三、意业的作愿。）

事相皈依：事实上是一种业力的修学，就是身、口、意的造作。理体皈依：完全是一种心念的观照。这二者有所不同。从修学的次第来说，应该先成就事相的皈依：

丙一、身业的礼拜

“菩萨戒”上说，你要是受了菩萨戒，至少要常拜佛，就是修皈依。你再怎么忙碌，都要记得拜佛；重点是你心中有没有三宝的存在，如果你心中经常存念三宝，你就会拨时间去拜佛，因为他在你心中是重要的地位。换句话说，我们刚开始一定要以礼拜，来表达我们皈依的心情。

丙二、口业的称叹

这个称名、赞叹，就像我们早晚课诵，有很多的偈颂：“天上天下无如佛，十方世界亦无比，世间所有我尽见，一切无有如佛者。”或者：“阿弥陀佛身金色，相好光明无等伦……”等等。但是最简单的称叹的方式，就是称念佛菩萨的名号。因为佛菩萨的名号，就是代表佛菩萨的功德，称念“南无阿弥陀佛”、“南无药师佛”、“南无地藏王菩萨”……都是一种皈依——口业的皈依。

丙三、意业的作愿

这是指意业的皈依，你内心的作愿。这个“愿”就是希望，你希望能够成就三宝的功德，希望能够仰仗三宝离苦得乐，这是一种作愿，心中有这样的一种祈望。

透过了身业的礼拜、口业的称叹、意业的作愿，我们的身口意就跟三宝产生相应，或者我们叫做“感应道交”。当我们的的心跟三宝的功德感应之后，就能够产生忏除罪障、积集资粮的效果，所谓“破恶生善”的效果。

有些人他可能会拜佛，但是他口业的称叹做得不够，就像有些人念佛也不出声、早晚课也不出声，其实这是不对的，每一个“业”都有它的效果。我们以前在造业的时候，不是用心念在造业，心念是一个推动者，我们以前是用身业来造业、用口业来造业—身业造了杀、盗、淫；口业造了两舌、绮语、妄言、恶口。我们以前用很大的力气来跟人家吵架、用很大的力气来打妄语……但是我们今天修皈依的时候，没有出点力气，那你这些业怎么转得过来呢？怎么能够灭除罪障呢？

事实上，身业的礼拜能够忏除身业的罪过，口业的称叹能够灭除口业的罪过，事相的皈依就是一种业力的修学——以善业来破恶业！如果你这个善业没有做到，你这一部分的恶业就很难消除，因此大家不要轻忽“身、口”修皈依，当然最重要的是“意业”，就是你内心当中那种皈依、希望的心。

我们经常说：佛教不可以当学术来研究，当学术研究无法建立信心！

我曾经听过一位学者演讲，他可以把佛法的道理讲得很清楚，当课程快结束时，竟然说：“这些道理我完全不相信！”他只是把佛法的真理，拿来当作其中一门学问来研究。其实，佛法本身是一种宗教信仰，必须要有信心，所谓：“佛法大海，信为能入。”你一定要有真实的信心，才能够进入三宝的大功德海中。所以身业、口业固然重要，但是推动身业、口业的意业——那一份的信心，还有心中的愿望，更是重要！

中国历史上有一位“汉武帝”，大家都知道汉武帝是一个很有成就的皇帝，汉朝从汉高祖之后，都是被匈奴追着打，汉武帝觉得不应该受这样的屈辱，开始积极地整顿军队，他有一位大将军叫做“李广”——飞将军李广，最后才平定了匈奴。

李广有一天的清晨，天还没有完全亮时去巡军营。到了营区，他远远地看到一只老虎，心想老虎会伤人，就赶紧拿箭把这只老虎射中了。等天亮之后，就带着很多的士兵去看这只老虎怎么样了，结果到现场一看……不是老虎，是一块石头，他的箭竟然可以把石头穿射进去。

这时候，旁边的军官说：“将军，不太可能！石头这么坚硬，你的箭怎么可能射进去呢？要不然再试一次看看……”结果，李广走到原来的地方发射箭矢，再也射不进石头了。因为第一次他在射箭的时候，充满了信心，他相信它真的是一只老虎，血肉之躯，当然可以射进去的。事后，当他丧失信心时，虽然有射箭的技术，但是

那种能力却发挥不出来了。

我们也曾经听过一则公案：

有一个上师说：有很多老修行者，书读得不多，但是很用功在修行，每天念“唵嘛呢叭弥吽”。有一天……上师要到拉萨去朝圣，路途中经过一间茅篷，远远地看到一间茅篷放大光明，他心想这里面有大修行者，就去拜访。原来是一位老太太，拿着念珠在念“唵嘛呢叭弥吽”，结果她念错了，念成“唵嘛呢叭弥牛。”这位上师就很慈悲告诉她：“老太太，你念错了，不是‘唵嘛呢叭弥牛’，是‘唵嘛呢叭弥吽’！”老太太表示感谢，就改过来念：“唵嘛呢叭弥吽”。

结果，上师把她教会之后(牛改吽)，就离开了，回头往后一看，哇！那个光芒消失掉了！因为她内心当中产生疑惑、分别心了；这时候，这位上师很紧张，赶快回去跟老太太说：“我跟你讲错了，其实你念的是对的，‘唵嘛呢叭弥牛’是对的，

你已经念那么久了，照这样念就好了。”当她改回原来之后，茅篷又照样放光了。

很多人都会问：“南无阿弥陀佛”，到底是念“台语”比较正确，还是念“国语”比较正确？其实这只是一种工具，我们跟佛的感应，绝对不单只是靠声音，声音只是一个桥梁，是那念心——是我们那份归依的心跟佛陀的大悲心，感应道交难思议！

所以，诸位要知道：当我们在作定课的时候，最重要的是至诚恳切，不一定要求数目很多，但是你内心一定要相信三宝能够救拔你，而且你很希望能够成就三宝的功德！

我前几年到山下去买东西，商店的老板是外道的点传师（很高的职位），问我说：“你们寺庙是不是有打佛七？”我说：“有啊，欢迎你来参加啊。”我就问说：“你怎么也喜欢念佛呢？”他说：“不是啦！我一天啊，很忙碌的，但是晚上静下来的时候，我念‘阿弥陀佛’，可以把心静下来，我是靠佛号来培养我的定力。”我就问他

说：“你对阿弥陀佛这个佛号——无量光、无量寿，能够让你现生业障消除、福慧增长，临终能够带着你往生到净土，这声佛号有这么大的功德，你相信吗？”结果，他完全不相信。

那我问诸位：他这样子念佛，他能够往生吗？

不可能往生的！因为佛号的功德，必须要具足信心才可以相应的。

印光大师说：你念佛没有信心、没有愿望，就是把摩尼宝珠换成糖果吃掉！

所以我们在修皈依的时候，身业的礼拜、口业的称叹、意业的作愿，缺一不可。

“皈依”的意思，在《念佛圆通章》有讲到一个观念说：“**如染香人，身有香气。**”“事相”的皈依是：我们身体没有香气，但是我们经常接近香，我们的身体就有香气，这个叫相互作用，佛法中叫做“**相互的熏习**”——你经常到大殿，你的身体就有香气；你到臭秽的地方，你的身体就薰染上臭秽的味道。

好比：你看一个家庭，刚开始是夫妇二人，后来有很多子女。刚开始两个人认识，因为没有住在一起，彼此互相仰慕；住在一起之后，两个不同的内心世界，所释放出来的讯息是互相抵触的，但是慢慢相处下来……你注意观察，一般的夫妇，或是同一家人，他们的个性，都会有一些共同点，甚至于所拜的佛像，也都有一点类似，这就是一种“熏习”。

换句话说：你不断跟什么东西接触，你就会受它影响；你一天到晚跟坏朋友在一起，你就很容易、很自然养成坏习惯，耳濡目染；如果你经常忆念佛陀，当然就能得到、分享到佛陀所有的功德。

你不要小看念：“南无阿弥陀佛”的力量！

我们每念一次佛号，心中就忆念一次阿弥陀佛……古德讲一个譬喻说：“清珠投于浊水，浊水不得不清；佛号投于乱心，乱心不得不佛。”意思是说：当这个清水珠投

到污浊的水里，污水就会慢慢变得干净了；佛号跑到你的心中，它就能够产生灭除罪障、增长功德的力量。所以，我们每天不断地拜佛、称念佛的名号、心中作愿皈依，就能慢慢忏除罪障、积集资粮，这是学佛修法的一个基础。

乙二、理体皈依（分三：初、皈依业果。二、皈依空性。三、皈依实相。）

“理体皈依”这个才是皈依的重点，所谓生死的解脱、临终的正念，都要靠“理体皈依”，但是前面“事相皈依”是一个非常重要的基础。当我们从一种“事相”的用功，要转成一种“智慧”的观照，这时候就要开始修“理体皈依”。

所谓的“理体皈依”就是对于真理的皈依，我们看第一段文：

丙一、归依业果

深信业果，断恶修善——成就增上心。

我们在修习“理体皈依”，第一个就是对于“因果道理”的皈依。透由这个皈依，使令我们产生行动力，勉强自己去断除恶法、修习善法，成就一种增上心——人天安乐的果报。

事实上，佛陀还没有出世之前，这世间有两种理论：

第一个、邪因缘论：就是我们一般说的“外道”。外道认为生命的轮回有一个主宰者，是“大梵天王”、或是“上帝”在主宰我们。所以我们想离苦得乐，必须对大梵天王礼拜、赞叹、供养，因为我们的快乐、痛苦是他给我们的。这样的“因缘观”是错误的，所以称为“邪因缘论”。

第二个、无因缘论：这个无因缘论更是可怕，因为“邪因缘论”他心中还有所畏惧。“无因缘论”认为生命是没有理由的，造善不会得安乐的果报，造恶也不会得痛苦的果报；换句话说，生命只是一个“偶然”，就像树叶掉落下来，没有任何理由。

你会快乐、会痛苦，是因为你运气比较好，或运气比较差；果报的背后完全没有任何轨则。所以，你想获得快乐，可以不择手段及时行乐；当你死了，人死如灯灭，反正只活一次，也不必在乎来世，这种思想叫“无因缘论”，就非常可怕了。

佛陀出世之后，把“邪因缘论”跟“无因缘论”都否定了，佛陀说：“生命是有理由，但这个理由不是外在的理由，而是有因果的支持。”

什么叫“因果”呢？佛法的因果是三世因果——过去、现在、未来。

从“过去”跟“今生”的相互作用来说：

一、“欲知前世因，今生受者是。”

我们很想知道我们前生种什么因？到底是善良，或者是邪恶呢？

其实，你仔细观察你今生所承受的果报：你的正报身心、你会跟谁在一起、你会遇到什么事情……就知道你前生种什么因了。果从因来——我们从“果报”就能

够推论出“业因”。

二、“欲知来世果，今生作者是。”

我们也很想知道我们来生到底会去哪里？去三恶道、或者是人天、或者往生到净土？你不用去算命，也不用去问别人——“今生作者是”，你今生所作的业力，哪一个最强，就会主导你来世的果报。

所以说：从佛法的因果论来说，我们是“自作自受”！

很多人有一种错误的观念：因为我父母亲对我不好，把我身体生得怎么、怎么的…我对我的身体状况不满意。总觉得好像是父母把我们生成这样，其实您错了！从因果的观察，父母是我们自己选择的一不是父母选择儿子，是儿子选择父母。

你今生所有的遭遇，都是你自己选择的！

因为：你过去选择要这样做，所以你有今生的结果；你今生的结果，是你前生

的选择，你愿意这样做，你今生就有这样的结果！

所以，诸位要知道：来生的果报，是你今生的抉择。我们面对果报，我们没有选择的权利，这个果报你一定是要承受的。

以“因果论”来说：

当“果报”出现的时候，你只有认命，你没有选择权，因为你前生已经选择过了。

但是你的“因地”，你就有选择权，当你面对果报时，同时又会创造一个新的业力，这时候你就有选择权了。你会知道你来生是什么情况；因为我们今生的果报是前生抉择的，今生你又作了抉择取舍，就会影响到来生。

我们从这里可以看到一个事实：

一个人如果没有学佛，他的生命大部分是重覆的，他前生是什么遭遇，他今生就是什么遭遇；他今生是什么遭遇，来生就是什么遭遇；无尽的生命中，几乎是千

篇一律；因为他的因地没有改变、观念没有改变、行为没有改变、果报就不可能改变……

“果报”是由“因地”所召感的，能召感的“因”没有改变，你的果报怎么改变呢？

一般人的生命，基本上都是重覆的，来生重新再过一次，差不多是这样子。只有佛弟子最有智慧，能够把来生创造得跟今生完全不一样，真的是很殊胜，因为他明白“因果道理”。外道可以修习善业，但是他的生命要有改变，也不太可能。我们前面说过，外道修习善业，他是没有“道”的力量——没有三皈依；当然主要是没有「法」的力量——没有真理的引导。

诸位我们要明白一个观念：我们的生命已经走过一段时间了，我们要做的是什么呢？就是“自我反省”。你要从果报当中去反省你自己！经上说：“富贵从布施中来，庄严从忍辱中来，尊贵从持戒中来……”每一种因地，都会召感一种果报，不会有

任何差错的。而你对于你今生所得的果报，有哪些是你不满意的？譬如说：我很有钱，但是我身体病痛很多。那你就知道，自己可能前生有布施，却也造了不少杀业。

换句话说：**我们从果报当中，来反省自己的因地，然后从这里去改进，这样来生才有希望！**

否则你一天过一天，我跟你保证，你来生就跟今生一样，重新再走一次，就是这样。当我们养成习惯之后，想要改变是不容易的。我们很容易看到别人的缺点，对于自己的坏习气，已经习惯成自然了。我们举一个简单的公案：

佛在世的时候，波斯匿王有两个女儿，一位是善光公主，一位是金刚公主。善光公主长得又聪明又漂亮，金刚公主长得非常丑陋，经典上说金刚公主，远远看她几乎不像是人的样子，丑陋到令人感到害怕。长大之后，没办法，国王把她嫁给一个贫穷的年轻人：“公主嫁给你，不要什么条件，我给你官做，好好地照顾公主就好。”

这个贫穷的年轻人，就把金刚娶回去，把她关在屋里，不敢让她出门。

但是因为他经常出入贵族的聚会，大家看他都没有把太太请出来，就呵责他对太太过于刻薄。他很伤心，进退两难，带出去也不是，不带出去也不是。就把这件事情告诉金刚公主。金刚公主听了之后深感惭愧：我长得这么丑陋，让我的丈夫蒙羞！这时候她真诚地生起忏悔心；因为这一念真诚的忏悔，再加上心中忆念佛陀，释迦牟尼佛就出现了，这时候她的罪障就慢慢消除，从丑陋而转成庄严。

当然，古时候的人，心力强，所以能够很快转变业力。当相貌转变之后，这个年轻人看了很欢喜，就和金刚公主回去找波斯匿王。波斯匿王就带着金刚公主去请问佛陀：“金刚为什么福报这么大可以做公主，相貌却是那么丑陋呢？”佛陀说：“以前有一位大富长者的女儿，很喜欢布施，任何一个修行人经过她家，她一定虔诚地布施，但是这个女孩行布施时，脾气很大，只要出家众稍微不满意，就呵责这个出

家众；甚至于出家众威仪不好，她也呵责——布施的善业，加上瞋心的挑剔，两种业力合起来，使令她今生的果报，拥有富贵，但是相貌却不庄严。”

“因、果”是不能相抵销的！

很多人说：“我造了罪业，我用金钱来赎罪。”这个观念是错误的。金钱的布施，有布施的等流因果；你造了罪业，有罪业的等流因果，最后结果……清清楚楚，因果有其一定的规律，绝对不会有误失的！

我们要努力的是：如何从果报当中来反省自己的因地，这叫做“观果知因”。从你现世的果报，哪些是“你满意的”，就可以知道，你曾经有习惯性的善业；哪些是“你不满意的”，也可以看出你内心当中，有一些你习惯性的罪业。“修行”，不是每个人的修行内涵，都是一样。佛陀讲那么多的经典，你要去反观自己——如人自照镜，好丑生欣戚——自忖功过；这一部份你比较不足，你就要去努力加强；这方面以前做

得很好，所感召的果报就会比较圆满。

所以：“欲知前世因，今生受者是”。你前生所造的因，今生就会表现出来；“欲知来世果，今生作者是”。你来生的果报，你今生已然开始在栽培了，这就是佛法讲的：“三世因果”。

丙二、皈依空性

思惟无常，通达空性——成就出离心。

第二种皈依是更深一层的“空性的皈依”。前面的皈依是一个有相的、因果的事相皈依，这个空性的皈依。是怎么皈依呢？“思惟无常，通达空性，成就出离心”。

所谓生命的无常，这个“无常”的观察有两个重点：

第一个、“生灭性”：它有出现、有消失。

第二个、“变化性”：就是它生起来之后，在消失之前，中间的过程也是不断变化。

所以“无常”，就是“生灭跟变化”。从无常当中，我们知道一切法的体性是毕竟空，因为这样而成就了“出离心”。我们怎么观察“无常”呢？

“诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐”。

“诸行”这个“行”是指一切的有为法，有为法是“行”，是活动的。

“有为法”它的本质是无常变化的，所以它是一种不安稳的生灭法，它的体性是变化的生灭法。当这个生灭法消失之后，成就一种寂灭的境界，才是最究竟的安乐处。

这种“无常观”有“外空”跟“内空”两种修行的差别：

第一个“外空”。

在修行的次第上，我们先成就“外空”，就是先空掉外境的人事。在生命当中，虽然我们造了善业，但是心中还是觉得不安，因为我们的得失心太重。所以你要思惟，其实外境是无常的；最简单的思惟，就是思惟——**死亡的到来**。

我们往往忽略了死亡的到来，总觉得我昨天还在、今天还在……所以我是不会死的。你没有思惟死亡，你就会对今生的人事产生执着，其实外在的人事是由业力所召感来的，你是做不了主的！

我们应该思惟“人生只是一个过客”，短短的几十年，你想怎么样，就能怎么样吗？不可能。所以来到这个世间，要知道你的目的在哪里？对一切人事，要思惟：**你即将要死亡，当死亡的时候，你什么也带不走！**所谓“无常观”刚开始是先空掉“外境”，因为死亡的时候，这些外境、眷属、人事……根本就带不走。

第二个、“**内空**”。是空掉内心。

我们的内心是比较难“空”的，虽然说我们内心的本来面目是“清净本然”，但是我们在内心当中产生一种妄想，叫做“自我意识”。这个自我意识在佛法的修学当中，是一个很大的障碍，我们习惯被自我意识所系缚，诸位如果有一天去受菩萨戒，菩萨道有很多的难行，都是必须要突破自我意识的。我们举一个例子来说明，什么叫“自我意识”：

科学家做一个实验，拿了一只跳蚤放在桌上，跳蚤大家都知道会跳来跳去，牠可以从一只狗的身上，跳到另外一只狗的身上。你往桌子一拍，它就会往上跳。科学家就拿一块玻璃放在跳蚤的上面（有一个适当的高度），一拍桌子，跳蚤跳起来碰到玻璃。跳蚤很聪明，当它碰到玻璃之后，它就调整高度了；第二次你再拍桌子，它就碰不到玻璃了，它会往下调低一点。然后，你把玻璃的高度，再往下降一点，你再拍，它又碰到玻璃；你再拍一次的时候，它又往下调低一点，它碰不到玻璃的。最后，你把玻璃再往下降，降到底点，几乎是跟跳蚤相接触，你一拍，它就碰到玻

璃；你第二次再拍，跳蚤不再跳了，因为它从经验的累积当中，产生一种「习惯」。这只跳蚤这一生，再也不会跳了，这叫「自我意识」，它认为牠做不到！

我们再举一个例子：譬如说有一只大象，如果这只大象，从小就被抓到马戏团关起来，它的手脚，从早到晚都被铁链锁起来；当然这只小象刚开始还会想跑，但是，它跑一次，被铁链拴住；再跑一次，又被拴住了，从此以后它不再跑了。所以当马戏团失火的时候，很多动物都往外跑，那些大多都是比较大会被抓来关的动物；那些从小就被抓来的动物，就跑不动了，因为它不相信它可以跑掉。

这表示什么呢？为什么禅宗说：“觅心了不可得”？

我们这一念心，经历过很多很多的生命，而每一个生命，都会带给我们一些错误的讯息，所以我们的心的心是很复杂的，我们不相信别人，也不相信佛法。我们内心有很多负面的情绪，虽然佛法告诉你：你可以……怎么、怎么……事实上，这些戒

条你都可以做到；不杀生，你可以做到；不偷盗，你也可以做到；但是，当我们尝试去做的时候，只要有一次失败的经验，我们的内心就会开始“自我设限”——总是认为自己做不到，所以我们要成就功德就变成很困难。

譬如说：你不相信你可以往生，你不相信你可以跟阿弥陀佛感应道交，你不相信临终的时候，靠这一句佛号，就能够往生净土，这个叫“自我设限”。

所以：为什么“内空”要空掉你的内心？

因为：我们内心当中有很多错误的经验、错误的讯息。一个人想要在佛法当中产生强大的突破，就必须相信：“何期自性，本自清静。”你的本来面目是清静的，所有的经验、所有的感受都是生灭的，都是可以改变的；否则，你修学佛法想要突破就很困难。

这里为什么讲：“思惟空性”？因为前面的业果，你可以断恶修善；但是你的自

我意识—内心的执取，是没办法改变的。所以“空性”的道理是非常重要的，一个人要从生命当中，产生扭转性的突破，就必须相信：“觅心了不可得”！

“外空”——思惟死亡，你什么都带不走，你的眷属带不走、财富带不走。其次，“内空”，你要相信过去不代表未来，你过去做不到，未来可以做到。所以一个人不能老是活在过去。“活在过去”是下等根基的人——你过去怎么做，你现在还怎么做，那你没办法突破的！

我们要思惟内心的状态，是变化无常的，你的本性是清淨的；其实所有的恶法都可以断除的，诸佛菩萨的功德，你都可以成就的。为什么？因为你的心是清淨的，这些因缘都是后来才有的，所以它是可以改变的。这是第二个观念，你要建立“外空、内空”的思想。

丙三、皈依实相

空有双照，悲智双运——成就菩提心。

前面的“业果”叫做“有相行”，它是一种有相的行为；“空性”叫做“无相行”。我们要把前面“有相的业果造作”，跟第二个“空性的观察”结合起来，叫做“空有双照”，这时候就是——悲智双运，成就菩提心。

我们看“菩提心”是怎么修的呢？

“于诸惑业及魔境，世间道中得解脱。

犹如莲花不着水，亦如日月不住空。”

这个菩提心的修学，它就是在凡夫的惑业中……“惑”就是烦恼，“业”就是业力；我们是在很多的烦恼、很多的生死业力，还有在生老病死、冤亲债主种种魔境的果报当中，去追求一种解脱。所以大乘佛法不是逃避，它是在杂染的因缘当中去

追求解脱。怎么解脱呢？

“犹如莲花不着水，亦如日月不住空”。

“莲花不着水”是讲他的“空观”；莲花的叶子是不沾染污水的，表示他对果报是不执取的。但是他又像日月在虚空当中活动，而不执着空，这是讲“因地”。

这个“中道”是讲：“真空妙有”。

到底我们想要“空”，是空掉什么呢？我们的“有”，又是要保存什么呢？

我们所要“空”的，是空掉“对果报的执取”；所谓的“有”是“注意你的因地”。如果你空掉“因地”就错了！应该是要：“空掉果报，保存因地！”古人说：“万法皆空，善恶不空。”就是这个道理。

这个“中道”的思想，就是“有相行”跟“无相行”中间的第三条路——“中”

就是中间，不偏于任何一方。

什么叫：“万法皆空，善恶不空”？

在菩萨道中我们经常说，“凡事尽心尽力，成败交给业力。”成败就是果报，你要行菩萨道，就不能对眼前的果报、得失看得太重；但是你在因地的时候，你要努力“凡事尽心尽力”，这就是“万法皆空，善恶不空”。

从“中道”实相来说：**生命的重点是在“过程”，不在结果！**

就是在你的过程当中，你是不是能掌握你的因地。当然，你的过程，你要设定一个目标，到底你今生你要什么？生命很短暂，你没有目标，生命一下子就这么过去了。你来生的目标，到底在哪里？是要成就人天果报，还是要成就往生净土？你从果报当中，去规划你的生命，做你该做的事情，对于过程中的一切得与失，不要看得太重。所谓的“中道”就是把“空观”跟“有观”两者融合起来。我们看最后一

段：

甲三、结示劝修

乙一、功德利益

《归敬仪》云：“经云：‘有人受三皈依，弥勒初会解脱生死。’此乃出苦海之良津，入佛法之阶位。但以罪多恶重，轻而慢者，虽曾受归，随缘还失。是故智人初受归时，专心缘此，得名归依，故感善神随逐护助。”

这地方讲到“皈依的功德”。

第一段：如果我们今天在释迦牟尼佛的法中皈依，最迟你的善根，在弥勒佛初会的时候，就能够解脱生死。不管你是“事相的皈依”，对三宝礼拜、称赞、作愿；或者是“理体的皈依”，思惟佛法的真理，这些都是出离苦海的一个良津，都是一种

殊胜的途径，也是成就佛法功德最重要的基础。这是讲正面的勉励。但是它也有负面的警诫。什么叫“负面”呢？

如果，我们今天还是随顺自己的烦恼罪业，对三宝“轻而慢者，虽曾受归，随缘还失。”诸位要知道，你曾经在三宝当中皈依，但是回去之后，你也不拜佛、也不念佛，也不听闻佛法，时间久了以后，三宝在你的心中，便不会留下痕迹。

古人讲一句话说：“三日不读书，面目可憎”。我们一个人不皈依三宝，你就是皈依你的欲望，没有第二种情况。你不是随顺三宝而行，就是随顺你的烦恼欲望而行。我们很多人有一种观念——好像我皈依之后，就一劳永逸了。世间上没有一劳永逸的事，我们的心是变化的，你不是进步，就是退步。所以为什么会说你不再熏习三宝——“虽曾受归，随缘还失”。这一点要注意啊！一个有智慧的人受皈依之后，要经常缘念三宝，这才是真正的皈依，才能召感三十六种善神的护助。我们看最后

的总结：

乙二、举颂劝修

**“诸佛正法众中尊，直至菩提我皈依；
我以所修施等善，为利有情愿成佛。”**

“诸佛”是指佛陀，三界导师，四生之父；“正法”是真理；“众中尊”是僧宝。

我们对三宝的境界，“直至菩提我皈依”，只要还没有成佛，乃至成就等觉菩萨，都必须祈求三宝救护。诸位要知道，不要以为生死凡夫才祈求皈依三宝，弥勒菩萨、文殊菩萨都要皈依三宝，所以才说“直至菩提我皈依”。

之后，应该把我们所修学的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧的善法，回

向给一切众生离苦得乐、成就佛道。这就是修皈依的方法。

总结上面所说的：

我们讲到皈依有两个主题：一个是“事相的皈依”，一个是“理体的皈依”。事相的皈依，它是一种身、口、意的造作，你有造作才有皈依，没有造作就没有皈依。但是你的智慧不一定会开展出来，所以“事相的皈依”，它的是依止“信心”跟“愿望”，就是一种信愿。“理体的皈依”完全是靠智慧，对于生命真相的观察，叫理体的皈依。一个是“信愿”，一个是“智慧”。这两个大家都要好好地去体会。

愿以此功德
庄严佛净土
上报四重恩
下济三途苦
若有见闻者
悉发菩提心
尽此一报身
同生极乐国



<http://www.dhamiufa.org>