

皈依佛 · 皈依法 · 皈依僧

皈依

南无布达耶

南无达玛耶

南无僧伽耶

修学手册

南无阿弥陀佛



皈

依

修學手冊

法
華
經

戒幢佛學研究所



济群法师，1984年毕业于中国佛学院，随后至福建佛学院、闽南佛学院参学任教。多年来，教书育人，学修并重，为汾阳宗第十代传人。现任戒幢佛学研究所所长，闽南佛学院研究生导师，并受聘为苏州大学政治与公共管理学院兼职教授，厦门大学宗教研究所高级顾问、客座教授。长期从事唯识、戒律的研究及讲授，发表相关学术论文数十万字。教学之余积极从事通俗弘法，时常应邀于高等院校及信众团体演讲，足迹遍布大江南北及欧洲、澳洲、港台等地。

1999年出版“人生佛教丛书”三本，在社会各界影响广泛，并陆续推出“人生佛教小丛书系列”三辑，包括《人生佛教在当代的弘扬》等十五本，与社会大众广结法缘。继承太虚大师的人生佛教思想，提出佛法是人生智慧、是生活智慧的理念，希望人们摆脱对佛法的误解，使佛法走入生活。近年来，更将弘法重点转向道次第、菩提心、皈依的弘扬，着重佛法基础建设，希望佛弟子们能在菩提道上稳步前进。

编者的话



自《汉传佛教的反思——2004新春致辞》发表以来，济群法师积极致力于佛法基础建设，并将之归纳为四大根本。其中，皈依是佛法的根本；发心是修行的根本；正见是解脱的根本；戒律是僧团的根本。而皈依，正是重中之重。离开这一基础，有如种子离开土壤，所有法门皆无从生根。

皈依，每位佛子似乎都不陌生。遗憾的是，多数人对皈依只有泛泛认识，甚而，仅仅将之视为佛子的身份证，护身的平安符。皈依前，不知皈依蕴涵的重大意义；皈依时，不知皈依应有的正确发心；皈依后，不知如何强化对皈依对象的信心。因此，不少人虽皈依多年，仍内心迷茫，不得修学要领，乃至信心道念逐渐淡化者也大有人在。

当我们皈依三宝时，是否考察过自身动机，由正确起点走入佛门？是否经历了抉择对比，由认识三宝而决心皈依？是

否了解皈依对象的真正内涵，以此作为改善生命品质的唯一榜样？这些问题，是每个佛子必须深入思考并付诸修学实践的。

针对教界长期以来因忽视皈依及相关修学导致的诸多问题，今年以来，法师已在各地举办了近十次弘扬皈依法门的大型讲座，深入阐述皈依对于修学佛法的重要意义，引导信众深化对皈依的认识，强化对三宝的信心。

本书为法师五一期间在苏州定慧寺的弘法讲记，由演如、杨利群记录，安隐整理。另附《从住持三宝到自性三宝》一文，是法师今夏为“五台山清凉之旅夏令营”营员们所作的开示。本次夏令营主题为“《坛经》与人生佛教”，故法师围绕《坛经》，并结合目前大力弘扬的皈依法门，就如何从皈依住持三宝到成就自性三宝作了深入浅出的剖析，是弘扬皈依法门以来的又一力作。由立仁记录，安隐整理。

为引导信众将修习皈依纳入日常功课，法师还特别编写了《周日皈依共修仪轨》，并在各地亲领信众共修皈依。相信皈依法门的推广和弘扬，将对巩固佛法基础建设，增强学人信心道念有极大的推动作用。

2005.10

【壹、皈依三宝在修学佛法中的地位】

- 06 一·皈依三宝是学佛的开始
- 07 二·完成皈依是学佛的目标
- 09 三·因皈依而有种种法门的施設
- 13 四·皈依三宝是佛法的根本

【貳、皈依之因和皈依的选择】

- 17 一·认识暇满人身的重大意义
- 20 二·念死无常
- 23 三·念三恶道苦
- 25 四·深信唯有三宝能救度

【叁·认识三宝】

- 30 一·何为三宝
- 37 二·三宝的种类
- 39 三·内在三宝与外在三宝

【肆、如何皈依】

- 43 一·生起皈依之心
- 46 二·依法传授皈依
- 48 三·菩提信物
- 51 四·注意事项

【伍、皈依的正行】

- 56 一·亲近善知识
- 62 二·听闻正法
- 69 三·如理作意
- 74 四·法随法行

【陆、皈依的学处】

80

- 81 一·遮止学处
- 84 二·奉行学处
- 90 三·共同学处

【柒、皈依的利益】

95

- 97 一·入佛子数
- 98 二·诸戒之本
- 99 三·减灭诸障
- 100 四·集广大福
- 101 五·不堕恶趣
- 103 六·人与非人不能为灾
- 104 七·随愿皆成
- 105 八·速得成佛

【捌、皈依的修习】

106

- 108 一·如何修习皈依
- 116 二·《仪轨》中发心的说明
- 118 三·《仪轨》中忏悔的说明
- 120 四·《仪轨》中七支供的说明
- 121 五·《仪轨》中发愿的说明

【玖、结束语】

126

128 从住持三宝到 自性三宝

132 【壹、皈依佛】

- 133 一、佛像
- 136 二、佛的色身
- 137 三、佛陀的品质
- 140 四、禅宗的见地

144 【贰、皈依法】

- 145 一、众生心
- 147 二、迷乱人生的开展
- 150 三、有情生命的相续
- 153 四、法的作用
- 154 五、教下的渐修之路
- 159 六、《坛经》的顿修之路
- 164 七、顿修法门的思考

168 【叁、皈依僧】

- 170 一、善知识的选择
- 172 二、善知识的作用
- 174 三、依止善知识的条件

177 【肆、结束语】

对于佛弟子而言，“皈依三宝”似乎再熟悉不过。正因为如此，不少人对之感觉十分平常，未能引起足够重视。事实上，皈依不仅是一道手续，更不是一次仪式就可大功告成的，其本身就是重要的修行方式。甚至可以说，皈依贯穿着整个成佛的修行。如果不能真正认识三宝的内涵及重要意义，即使履行皈依仪式，亦难免存在诸多问题。

各人走入佛门的因缘不同，或是基于对轮回及三恶道的恐惧而寻求皈依，或是在现实中缺乏安全感而寻求依赖；或是为解脱轮回苦而寻求皈依，或是为保平安而寻求保障；或是真正认识到三宝功德而发心皈依，或是“宁信其有，不

信其无”的泛泛信任。林林总总，不一而足。这些不同的皈依之因，将直接影响到日后学佛的态度及深度。那么，什么才是正当的皈依之因？

有些人虽已皈依三宝，却未真正生起依赖感和归属感。而对于佛法修学来说，时常保有对三宝的依赖感及归属感极其重要，关系到皈依之后人生目标能否提升，人生观念能否改善，以及内心能否安住。若不能对三宝生起依赖感及归宿感，一切将无从谈起。这正是不少人虽学佛多年，内心仍漂泊无助的原因所在。那么，如何培养对三宝的依赖感和归属感，并使之持久产生作用？

有些人以为皈依三宝只是学佛的开始，虽是走入佛门的必要手续，但与修行却无多大关系。因而，皈依之后从不修习、强化皈依，以致对三宝的信心逐渐淡化，所谓“学佛一年，佛在眼前；学佛两年，佛在大殿；学佛三年，佛在西方”。皈依，是对三宝最真切的信赖，是对佛、法、僧全身心的归投，这需要在学佛过程中时时修习。唯有不断强化，

才能真正对三宝生起强烈的归属感，如此，方不至于在学佛路上迷失方向。忆念三宝的过程，是学习佛菩萨发心和行持的过程，也是将自身溶入三宝无尽功德的过程。通过对佛菩萨心行的忆念和模拟，最终于自身成就众生本具的自性三宝。那么，应如何修习并不断强化、深化皈依？

还有些人皈依后不知如何进一步修学，似乎学佛已随着皈依仪式的结束而圆满。那么，皈依之后应当研读哪些经论？遵循怎样的修学次第？如何选择并亲近善知识？

本文将围绕皈依相关的问题，一一展开说明。



壹

皈依三宝在修学佛法中的地位

是三归依乃是
一切无量善法
乃至阿耨多羅
三藐三菩提之
根本也



佛法虽有三藏十二部典籍，八万四千法门，但有着共同的要领；而在修学上，也有基本的规则。无论选择什么宗派，也不论修学什么法门，都绕不开这些要领和规则。倘若忽略这些根本，必将付出惨重代价。

在多年的修学过程中，我深深意识到皈依、发心、正见和戒律的重要性。其中，皈依是佛法的根本，发心是修行的根本，正见是解脱的根本，戒律是僧团的根本。任何人的修行，都应建立于这些基本建设上。而皈依，更是重中之重，是每个学佛者必须高度重视的。



一、皈依三宝是学佛的开始

成为佛教徒，最基本的衡量标准便是皈依。正如入党需要宣誓，入学需要注册那样，通过相应仪式获得合法身份。皈依，是成为佛教徒必须履行的入门手续，也是远离三恶道苦，迈向菩提之道的开端。

时常有人询问：若不皈依，可否依法修行？当然，若按佛法教义调整身心，按相应法门修习实践，多少总会有一些受益，但所得极为有限。若不曾生起恳切皈依之心，正说明对三宝的信心尚未具足。尽管在学，尽管在修，多是按个人喜好进行抉择，而非全身心投归三宝怀抱，以此为人生唯一目标。没有坚不可摧的信心和改造生命的决心作为动力，如何从无始劫来的生命状态中脱颖而出，焕然一新？

所以，学佛首先应皈依三宝，而且是真切、投入、全身心的皈依，没有讨价还价的余地，不存在患得患失的反复。唯有这样的皈依，才能使我们真正站到菩提大道的起跑线上。否则的话，终究还是在场外徘徊。即使领到一张属于

自己的皈依证，也只是拥有了入场的通行证。还需自己走过去，才能使之生效。这段距离，正是靠我们对三宝的信心来跨越。

二、完成皈依是学佛的目标

皈依三宝的最终目的，不是为了等待三宝庇护，等待三宝为我们安排一切，而是为了使自已最终成为三宝。或许在家居士们会担心：那是否意味着我们都要出家呢？并非如此。我们所要成就的，并不局限于形象上的三宝，而是三宝具备的内在品质，这才是修行的关键所在。

那么，三宝具备的品质又是什么？

佛，是觉悟，具足无限的慈悲和智慧；法，是空性及趣入空性的中道；僧，是圣贤僧的品质，即无漏慧及解脱德。所以说，并不一定要舍俗出家才能成为三宝。更重要的，是于自身圆满成就三宝具备的品质和功德。惟其如此，才能成为真正意义上的三宝。



对于出家众来说，虽然剃发染衣，成为继承并弘扬佛法的僧人。在形象上，已是住持三宝之一的僧宝，与佛像和经典一起，象征佛法在世间的流传。但从内在考量，是否具有表里如一的相应品质？这是我们需要不断反躬自省的。若有名无实，流于表相，终究与解脱毫不相干。发心出家，只是踏上了寻求真理的解脱之路，抵达终点之前，尚需不断精进修行，最终成为名符其实的三宝。

佛法的一切修行，都是帮助我们成就内在的、佛菩萨那样的品质。念观音圣号，是为了忆念观音菩萨的大慈大悲之心，以此作为学习榜样，时时激发自己，圆满同样的慈悲品质；念弥陀洪名，是为了忆念阿弥陀佛的四十八大愿，以此作为修行楷模，时时策励自己，成就同样的弘誓伟愿。

所以说，称念佛菩萨名号，不仅是为了得其护佑，更不是祈求他们满足一己私欲，乃至成就自身的凡夫心。这一切，与佛法修行是背道而驰的。忆念佛菩萨的根本目的，是仰慕其智慧、德行，从而见贤思齐，从善如流，不断向佛菩

萨靠拢，最终于自身成就和他们同样的品质。如此，才是标准的佛子所行，是对皈依的圆满完成。

三、因皈依而有种种法门的施设

佛法有八万四千法门，究其实，皆未离开皈依三宝的范畴。可以说，离开三宝就没有佛法。当年，阿底峡尊者入藏后，见人们皈依之心不切而四处传讲皈依，时称“皈依喇嘛”。开始也有很多人不以为然：谁不懂得皈依呢？我想，在座的不少人看到本次讲座通知时，或许也会生起同样的疑惑：皈依？皈依有什么可讲？难道我们这些皈依多年的人还不懂得皈依吗？对于这个问题，阿底峡尊者当年的回答是：我不知除皈依之外，还有什么更高的佛法。

阿底峡尊者对“皈依”的重视及身体力行，我深有同感。多年的修学，使我深深体会到，任何法门皆离不开皈依三宝这一根本。三宝，代表着佛法全体，缺一不可。而佛法的整个修行，正是由表及里、由浅入深的皈依过程。从这个