

丙三、归依学处及其利益 分二：一、归依学处；二、归依利益

丁一、归依学处 分二：一、根据《念住》开示个别学处；二、开示共通学处——内心唯一信托三宝

戊一、根据《念住》开示个别学处 分三：一、三种应断；二、三种应修；三、三种同分

归依学处有三应断、三应修和三同分。

归依学处有别有共，别有断违品、修顺品、修同分三个部分，都是针对师、道、友三分的修学。这样修学的目的，是使得归依的利益安立在自心中，令归依越来越清净，与三宝越来越相应。这是因缘所生法，一旦远离了违品，又修集了顺缘，紧密契合相应，这样以清净的归依誓愿会真正趣入菩提道的修行，每修一分都会出一分功德。

学习时，首先要了解哪些是归依三宝的违品，该怎样远离，认识后按那样奉行就是修学。修持顺品，要了解该怎样修心才成为归依的顺缘，具体怎样行持，做到知行合一。同分修学有两个部分，有按随顺品依师、道、友三分实际地修习，又有以上师为三宝总集，在佛、法、僧三分上的应断、应修是怎样的，该如何行持。这些首先了解清楚，之后努力实行，做到知行合一，这样会使归依律仪持守得非常清净。

己一、三种应断 分三：一、归依佛应断；二、归依法

应断；三、归依僧应断

庚一、归依佛应断

首先三应断：所谓“自归依佛，绝不礼拜轮转生死之世间天神。”即不应执外道大自在天、遍入天等自身尚未脱离轮回之苦的诸天，以及地方神、土地神等世间大力鬼神为后世归依处，而作礼拜、供养等。

归依佛以后，应当断除以其他世间天神等为归依处。

首先认识非归依处的相，包括外道诸天神、大力鬼神、世间各权威。总的来说，上至外道的大自在天、遍入天、梵天等，他们不仅没有拯救他者出苦的能力，甚至自己尚且以业力无有自主地轮转生死，就像沉溺者不能作为沉溺者的依处那样，所以都不能作为归依处。

其次，应断的心态和行为，就是心里不信托三宝，归心于他们执为依处，行为比如礼拜、供养、祈祷、发愿等等。如果只是临时请他们为助伴作一些如法的事业，是开许的，就像依止医生治病、寻求施主作为生存的助伴那样。

这一条应当修彻底，上至对于世间最高层的天神，都不能至心信托，认为他们比三宝还殊胜或者和三宝相等。要知道，归依有个唯一的原则，所谓不言其余，也就是不在三宝之外寻找其他的归依处，认为三宝之外还有什么归依处。有些人认为这是可以兼容并蓄的，既可以归依佛，也可以归依

其他宗教、其他天神或者世间的专家。如果有这样脚踏两只船的心态，就会亏损归依；如果彻底舍弃了三宝，那就失掉了归依。

各类世间导师都不能归依，因为如果归依他就会远离解脱道，陷入生死和恶趣的因缘，这是由于他本身不具有解脱道的内涵，所指示的也一定是生死道、恶趣道。比如外道持有我论，内道持无我论，归依外道就会增长有我的恶见；外道以升天为究竟，内道以升天为堕落，如果修持外道定也一定远离解脱道，最后堕入生死。像这样，如果归依低级外道，比如各种现世主义、各学派的权威专家，追随他们的道路，那会出现更大的魔障。比如出现种种我执烦恼、精神病态、丧失意志力、沉迷妄想、退失人天善道，所以不能归依世间各领域的导师权威、追随他们。这里的权威包括政治权威、学术权威、宗教权威、道门权威等等。

庚二、归依法应断

所谓“自归依法，断除损害众生。”即对于连梦中也不作损害众生之事猛利精勤、尽己所能，力加守持。

归依法要远离损害众生的违品。说到“彻底”二字，不必说要断除损害众生性命这样大的危害，就连捶打、捆绑、关押、过分负重、强迫驱使这些不应该做的损恼众生的意乐和行为都要断除；不仅醒时要断除，就连梦中也要做到不损

害众生。为了达到这一点，在能断上需要努力，因此这里指示要“猛利精勤、尽己所能，力加守持”。

由于佛教以慈悲为特征，归依佛教以后，唯一要行慈悲之道，如果不慈悲众生，那就脱离了圣教。明白这是佛教的特征后，就知道：“我不这样做，就入不了佛教的门，三乘戒律都要从不损害众生才能趣入，任何损害众生的行为都与三乘佛教相违、与一切道相违。”意识到这一条的重要性，往后自己要尽一切努力，时时修好这一条。怎么来修？要修因果观、修慈悲观、修实相等来消除损害众生的心态和行为。

一、因果观

胜解一切衰损都是从损恼众生而发生，比如杀生得短命报、多病报，偷盗得贫贱报，邪淫得妻不贞良报等等，害人就是害己，因此不能损害众生。像这样明知因果，可以止息损害众生的心态和行为。

二、慈悲观

总的要修慈悲喜舍四无量心，根子上要想到一切众生都是自己的母亲，有生养的大恩，需要报恩，不能损害。像这样修知母、念恩、报恩意乐，观察众生的苦乐，生起大慈大悲之心，这样有极大的拔苦与乐的誓愿，就会远离损恼众生的行为。

三、实相观

多学习了义教法，明白众生本来是佛，具有如来智慧德相，就跟释迦佛、阿弥陀佛一样。如果观到众生本来是佛，就会起尊重心、敬众生如佛心等，这样就不会损害众生。

四、感恩观

要想到，所有菩提道都是依靠众生才能发起，由于众生我发心、由于众生我修行、由于众生我成道，我修道的所依都来自众生，因此应该感恩，不应损恼。

五、多发利益众生的大愿。

六、平时谨慎守护

如果有损害众生的心理和行为，要及时忏悔还净。检查要很细致，下至很小的心态上，如果有损人之心、害人之心、欺人之心、压人之心、夺人之心等等，就要及时止息、消除。像这样，首先在醒觉位小心谨慎，防护自心，不但远离损恼众生，还要多修利他心，这样守护好了再延伸到梦中都不起损恼众生的心态。

像这样励加守持，外缘上要远离违品，包括种种邪说、媒体评说等等。比如鼓吹高等种族论、竞争论，认为可以残杀低等民族，可以欺负其他弱小者；又如各种影视等传播战争、斗争、竞争、展示暴力，以此为乐为美，这些都应该远离，免得受感染。

这一条需要精勤守护，如果有所违犯，那就跟佛教不相

应了。佛教是一个慈悲的圣教，我们真心归入佛门誓愿学道，就是学慈悲之道，因此任何损恼众生的心态和行为都违背了以法为道的誓愿，必须严加守护，彻底断除。

庚三、归依僧应断

所谓“自归依僧，不亲近外道徒。”即是不能与不信仰佛教及导师佛陀的外道种性相契而结交。

我们立誓归依三宝，承诺到无上菩提之间以僧伽为友伴，他们是文殊、普贤、观音、势至等大菩萨，有大力量帮助我们解脱和成佛，这是应当执为归依处的。相反，凡是不信导师佛、不信佛教的外道徒，都不能相契而结交。因为他们的见行邪谬，如果和他们结交，必然会被他们的心所影响，而导致退转，甚至堕落。

很多人虽然归依了三宝，但以前的外道习气很重，包括世间科学观念、生活观念、种种现世主义的思想、娱乐外道的思想，一旦接触外教徒或者各类现世外道，就很容易被对方所转。

比如受世间现世主义者的影响，自我中心会非常明显，处处要营造自我、突显自我，为自我而竞争，这样就导致退失佛法。再者，与娱乐外道接触，不求上进，只是沉溺在各种现世的娱乐当中，各种无意义的活动、无意义的营造，这样导致散乱、放逸、玩物丧志。或者接触各种世间专家的教

导、各种世间明星的引导、欣赏各种生活方式，这些都是背离解脱之道、无我之道，亏损归依法的向道的誓愿。我们归依僧是为了能在解脱道上得到助缘而不断增进，而与外道相交只会使自己退转堕落，因此必须舍离。

在藏地没有真正的外道，但与讥毁、詈骂自己的师长和正法，以及诽谤甚深密咒正法等的其他近似外道，也都不能结交、亲近。

藏地没有真正的外道，就类似品来说，凡是对自己的师长和正法谩骂、呵毁，诽谤甚深密法等，这些叫近似外道，也不能与他们为伴。原因是，我们归依三宝，有师、道、友三方面修行的誓愿和原则，对于师长应当恭敬如导师，对于正法应当奉持为道，而亲近这些恶友，受他们邪见诽谤等恶行的影响，会退失对师长的信心和恭敬心，退失对正法的信心，有些甚至放弃修行，引入邪道，所以不能与他们结交、亲近。

己二、三种应修 分三：一、归依佛应修；二、归依法应修；三、归依僧应修

庚一、归依佛应修

其次三应修：归依佛后，对于佛宝的身所依，下至碎片，也应恭敬供养，以头顶戴，安奉在清净处，生起真实佛宝想，尔后修信心、清净观。

三种应修当中，首先是归依佛的应修，从三点解释：一、对境；二、修法；三、榜样。

一、对境

对于佛宝身所依，即如来身像，包括塑像、画像下至碎片以上，不管工艺好坏如何，都如《亲友书》所说，纵然由木头雕刻的如来身像，无论做工如何，智者都应供养。

二、修法

既然是真佛所在，就应当恭敬供养，以头顶戴，供奉在清净之处。最重要的是生起这是真佛的想法，然后以这样的真佛想日常修信心和清净观。也就是说，持定这是真佛，敬佛像如佛在，日常在这尊佛像前礼拜、供养、归依、祈祷等等，一系列的修行就都可以发展，这些全数都是归依佛相应的修法。

所谓清净观，要与庸常观对比来认识。庸常观认为，佛像只是木料、画布、颜色的和合，或者一种雕塑材料，是土木铜铁的体性，跟平常的物质材料一样，是业感的产物，是分子结构，只能充当艺术品、宗教寄托品，此外没有什么特别的功德力量，哪里像真佛有那么大的力量呢？这种就是不清净观。而清净观，比如认为这是佛的工巧化身，他就是真佛所在，在我面前现成佛像，实际是真佛的力量起作用；或者开光已经请真佛安住，心里忆念佛的功德起大信心，认为

这就是具有不可思议智慧力功德的佛，他就是我的无上资粮田，在礼敬供养时是无上福田，在祈请时是无上的祈请境；或者其他请作证、求忏悔等等，都是无上的依处。

以这种清净观发生至诚的心，比如在拜佛、供佛的时候，当时胜解认为这个就是无上的福田，具有极大的引发我得大福德的功能，在这样的清净观中一次供养就能出生无量无边的福德，一次礼拜就能出生从脚下到金刚地基之间微尘数那么多的转轮王的福德，得无量尊贵的果报。再者，祈请时认为这就是真佛，这样佛悉知悉见，冥冥中作加被，使得事情圆满成办，修行顺利成就等等。就像老母将狗牙视为真佛舍利，日常以信心和清净观作礼拜供养，结果得到了殊胜成就。又如工布奔将觉沃佛像看成真佛，由于有这样的至诚之心，佛的悲心无处不在，就在这尊佛像上，只是现成了佛像的形态，实际以佛心跟信心者的心相通，佛陀悲心的力量直接就入在信心者相续中作种种不可思议的加持。

三、榜样

用噶当派的公案来说，有一次大瑜伽师请阿底峡尊者看一尊文殊菩萨像，问：“这尊像好坏如何？如果好，可以用供养的四钱金子请购。”

尊者说：“至尊文殊没有不好的，但制作工艺属于中等。”说完就供奉在头顶上，尊者对于一切佛像都如此行持。

佛像即真佛

我们现在见到的佛像和佛的真身实际不是两体，因为佛唯一是不二的大智慧身，佛的大悲又遍在一切处，随众生机缘自然显现，有显示真身，有显示化身，还有显示形象。佛方面本是一个智慧身，然而众生的心有差别，心的所现也就有差别了。由于五浊恶世的我们业障深，佛的真身在我们心前就现成了佛像，我们以为真的只是个佛像，其实它的本体哪里只是个像呢？

比如说，随着众生修行净业品的差别，现前接引三辈九品往生者的佛就有不同的显现，其实本体就是一个阿弥陀佛，但三辈九品行者所见却各有差异。所以并非佛不具平等慈悲，心有偏袒，对于某人现殊胜身，对于某人现下劣像，实际上各人所见虽然不同，佛的本体只是阿弥陀佛。又像经中所说，行者通过忏悔，眼障逐渐减少，会开始见到佛的法座，接下来会见到一尊佛两尊佛，障碍继续减轻，就逐渐见到佛身遍虚空界。可见当处就是佛，呈现是由自心的业而定的，业越来越清净的时候，所见的佛身就越来越微妙。以此类推，如果我们忏悔修行，也会有从见佛像到见化身佛、见佛真身的这样的转变。

其实当处就是法身佛，所现是我们的心跟法身佛的悲愿和合，由自心所现的相，实际这个相就佛边来说，当体就是

法身佛智慧身，并没有其他的法，这一点必须要生起定解。

又比如，华严会上本来就是毗卢遮那佛的自体，无二无别，然而会众所见却各各不同。这是由会众的心所现，心不同，所见自然就不同，比如大菩萨众见到佛是广大无量、天冠庄严的卢舍那报身佛；外三乘的行者，也就是声闻乘、缘觉乘、菩萨乘的行人，见佛是王宫降生的老比丘身，指化身佛；一般凡夫由于有业障的缘故，佛的化身也见不到，只见到土木等所成的佛像，这是由凡夫的业与佛的悲愿和合而现的。

这样就知道，佛本是一体，现佛身还是现佛像，是由见者的心来定的，心是什么水平就自然现什么相，但实际上作为佛边来说，就是真佛。

再举例来说，从前有人用木头雕成母亲的身像，一般会认为这是一个木头雕的母亲像，哪里会有什么作用呢？实际却有作用，这个木像母亲对于不同的来访者也会显出喜怒的神情，和真正的母亲一样。这是由世间孝心所感，还能达到这样的程度，何况无量无愿神通的佛，实际就住在这佛像上面，只是在我们心前现成木质的佛像、铜质的佛像等。就像无著菩萨最初因为有业障，见不到弥勒菩萨真身，只见到一只狗，等他业障清净的时候，当处就见到弥勒菩萨的真身。同样道理，我们因为有业障，见不到佛的真身，只见到佛的

宝像，但实际当处就是万德庄严的佛，当然也会起真佛的作用。

再者，古往今来各式各样的佛像有各种的灵应、感应，有的放光，有的现瑞，乃至佛像上出舍利，火烧不坏，水淹不坏，佛像说话、说法、授记等等，传记里的记载不胜枚举，这些都充分证明佛像是能见的一个现相，他当处起作用的是佛的智慧身。这样就知道，我们所见的佛像实际是真佛，对于佛像安立真佛宝想并不只是一种很好的想法，觉得不能对佛的表象起轻视心，要把木像看成真佛，不是这个层面，而应该看到它当处就是佛的智慧身，因此对佛像作真佛想是如实现。

如果对此生起了定解，修信心和清净观等就容易上路了，自己就能了悟：现在我供奉的这个佛像其实没有离开佛的悲心、佛的神力、佛的愿海，他就能摄持我、加被我，这个当处就是佛的大智慧身，他具有佛法身的十力、四无畏、十八不共法、大慈大悲、常乐我净和佛的色身相好光明等等，与真佛一模一样，他就是我的无上归依境、无上资粮田，可以在他面前作供养、礼拜、忏悔、祈请。这个时候，应当像乞丐亲近帝王那样，常常心怀惭愧、谨慎，有一个敬畏爱戴之心，渴望得佛加被摄受。像这样，生起一个非常尊重、珍重的心：无量劫都遇不到佛，现在佛就安住在像上，自己有

幸遇到，因此不能随随便便，应该以此作为所依，精勤祈祷、供养、礼拜，促成自己的修行大幅度地增长，福德大幅度地增长。

比如供奉莲师像，应当知道莲师就在这里，然后有一种非常殷重、珍惜的心，依着莲师佛来积资净障、祈请、供养，这也就是首先要对莲师像安立真莲师想，这是如实观。之后每一次看到莲师像时，就不会觉得只是一个雕塑，而是真正的莲师，这时候怀着大敬畏心、大爱戴心，在莲师像前作各种修持，那就是在真佛宝前修持了，依止的是真正的莲师，因此所有的修持都成为无量的功德。

庚二、归依法应修

归依法后，对于佛语至言文字，下至一颂，应当生起恭敬心，顶戴供养，安立真实法宝想。

归依法的应修从所缘、修行、榜样三个方面来认识：

一、所缘

无论哪种经续论典、哪种传承，下至一句一颂的片断。

二、修行

这些佛语承载着大道，应当安立真实法宝想，心念着法宝的功德和恩德，起由衷的恭敬之心来顶戴供养，就像将五台山的照片安立为真正的文殊菩萨的道场，认为里面有佛山的真境界与无量功德，而起恭敬之心顶戴在头上。

这些法宝就像地图指示道路那样，它在诠释着真正的道谛和灭谛的证法，因此见到教法就应当作真正的法宝想。比如见到空性教法，应当看成真正的空性境界，或者住在离戏大空中，或者见一切有为法如幻如化，之后起敬重心；见到菩提心教法，就视为真正的菩提心的境界和功德。诸如此类，见到教法就安立真实的法宝想，认为这是五道十一地、三学、三十七菩提分的修证大道，对于这样的大道起敬重心，然后安放在头顶上礼敬供养。

三、榜样

比如世尊说般若法时，为了表示对正法的敬重，亲自敷设法座；金厄瓦格西看到有人捧持经书，一定合掌起立，后来他身体不好，不能起身，也会双手合掌，表示恭敬。又像印光大师所著的《至诚方获实益论》里有很多古德的典型，他们对于法宝竭诚恭敬供养礼拜，出现很大的感应，这些都是我们的榜样。

思考题

1. 归依总的有哪些学处？应如何修学？目的是什么？
2. （1）归依佛后不应将哪些对象作为归依处？原因是什么？

(2) 归依法应断的核心学处是什么？如何修好这一条学处？

(3) 归依僧后为何不能亲近外道徒？什么是相似外道？为什么不能与他们结交？

3. (1) 归依佛应修的对境是什么？缘此应如何修学？关键是什么？

(2) 归依法应修的学处是什么？