

日常生活中如何祈祷三宝

一切时处，都应念修宁提派仪轨的皈依偈“真实三宝善逝三根本，风脉明点自性菩提心，本体自性大悲坛城中，直至菩提果间永皈依”或者共同乘的皈依偈“皈依师、皈依佛、皈依法、皈依僧”——在藏地，几乎人人都会念。那天我去一个学校，问了很多小学生，他们大多数都会。不过，现在藏地很多知识分子不像以前了，因为新文化的冲击特别大，们对三宝的信心日益退化，这种现状不容乐观。

念诵三皈依，其实功德非常大，《圣解脱经》中说，若能在临死的旁生耳边，念“南无布达雅，南无达玛雅，南无桑嘎雅”，它来世就会摆脱恶趣之苦。而四皈依，是在三皈依的基础上加了“皈依师”，因为上师是三宝的总集。所以，我们要经常念修四皈依，在他人面前也不时赞叹三宝的功德，令其皈依，并使他们明白：自他所有众生今生来世的依赖处就是三宝，故要精勤念修皈依。

不过现在末法时代，有些人真的特别过分，常说佛经的这个道理不对、那个道理不对，出家人如何如何不好.....这些人口口声声说这是事实，但实际上并非如此。他们只看到过失的一面，却从不看功德的一面，因为自己心不清净，故根本看不到皈依三宝的功德。

其实，就所有众生而言，对今生来世最有利的，即是皈依三宝。如经云：“唯有诸世尊，能加施无畏，当至归命佛，及法与圣众。”唯有世尊可以赐予无畏的境界，故我们应以诚挚的信心，皈依佛陀、法宝和僧众，只有这样，今生来世才会得到快乐。

真正懂得皈依功德的人，不管到哪里去，哪怕路上见到一个人，没有皈依过的话，他也肯定要讲皈依的功德。或者他在旅馆里住一晚上，旁边的人若不信佛教，他就慢慢慢慢讲，到了第二天分开时，那人已经皈依佛门了。

不过，有些人特别刚强难化，你讲了半天也没有用，这样的话，你就给他念些皈依偈或佛陀名号，这对他也是有利的，因为在暗劫中，连三宝的名号也听不到。所以，遇到实在听不进去的人，你可以在他耳边突然念“佛、法、僧”；或者走路、坐电梯时，突然念“释迦牟尼佛”、“南无阿弥陀佛”.....在别人看来，你可能有点问题，但实际上，这对他们利益非常大。只要能在众生阿赖耶上种下善根，这也是一种弘扬佛法。毕竟你即生中想找一批眷属，专门给他们讲经说法，机缘不一定很成熟。但在走路的时候，可以把路人当成你的得力弟子——呵呵，是不是啊？

(《前行广释》)

在日常的行住坐卧中，也要观想忆念三宝

睡觉:晚上就寝时，要像前面所说那样，将皈依境的尊众观想在自己心间，心专注于皈依境而入睡；倘若你没有生起次第、圆满次第的境界，实在不会观想，那也要在心里意念：

“上师三宝此时就安住在我的枕头上，以慈悲的目光垂视我，怜悯地关照我、加持我。”

若能在这种境界中入眠，自己迷乱的梦就会变成光明梦。所以，睡觉前应当这样观修，尽量不要有贪嗔痴的心态，而应在不离随念三宝的状态中入睡。

如果整个皈依境观不了，观中央的主尊莲花生大士也行，能够观全的就观整个皈依境。即使做不到这样，也要在心里意念：上师三宝此时就安住在我的枕头上正慈悲、怜悯地关照垂念于我。自己生起诚信并观清净心，在不离随念三宝的状态中入睡。

如果在心中观想皈依境做不到，或者不习惯这个修法，因为很多众生的根基意乐不一样，有时他觉得这么大的皈依境怎么观呢？这个皈依境在我心中是横着还是躺着？有时会想很多。不确定、不习惯。那就换一种，忆念三宝在我的前面——枕头上面，正慈悲看着我、怜悯地关照着我，在这种信心中入睡也可以。

吃饭:享用饮食的时候，就像平时会供一样，将三宝的坛城观于自己喉间，以饮食的美味作供养。不过，有实执的人因为没有生圆次第的境界，就会产生很多不必要的念头：“具体是在喉间的哪里呢？三宝会不会有这么小？”其实，在观想时，我们的身体并不像现在这样，而是全部显而无自性的，一尘上有无数刹土和世界。说喉间，只是一个方向而已，在那里有无数无量的如来坛城，你也变成无数无量的幻化身作供养。

喉间在密法中属于受用轮，如果能让三宝受用，可以在受用轮上观想。虽然受用有很多解释的方法，有很深刻的和浅层的解释，但受用轮就是喉间，就把三宝观想在喉间，饮食观想供养三宝。荟供的时候，受用轮上供养食品、甘露，进食之后就开始供养三宝自性。

若实在不能这样观想，则可诚心意念：一切所饮所食的献新部分，首先供养三宝。藏地很多老行人就是这样，平时哪怕喝一瓶饮料，也是一打开就先沾少许，向空中弹三下。假如你不方便这样做，也可以在心里念一遍供养三宝的偈颂，然后再自己享用。

这方面，学院大多数道友做得不错，不管是男众、女众，平时吃饭的时候，把饭盛到碗里后，先合十念供养偈，然后才开始吃。这也是一种修行，这种习惯要慢慢养成。我们每个人世间习气很重，不好的念头和行为经常出现，好的行为学起来非常艰难，所以，大家应该经常这样串习。

如果觉得这样不习惯，观在喉间感觉很不舒服，到底怎么吃呢？以前道友问是不是上师就在喉间嘴张开，这样的话饮食进来了正好落到上师的嘴里？我说这个我还不清楚。刚开始各式各样的想法都有，觉得很习惯那就换别的方法。众生的分别念特别多，观起来就很不舒服，就换一种方法，把上师观在虚空当中，吃饭前念供养偈，上师三宝在虚空中接受我们的供养。

有的时候献新(献新就是在吃饭之前首先供养三宝)，专门有个供养杯，像护法杯那种，没吃之前，把新鲜的饭菜弄一点放在杯子里，然后放在佛堂上，我们在这吃，三宝在那吃，觉得这样合适也可以。有时候用手指沾一点弹到虚空，如饮料，就沾一点向虚空弹洒，一边弹洒一边观想供养三宝，有些老修行者有这样的习惯。有时不方便，可以把饮食本身，比如饮料，作意供养上师三宝后再赐给自己喝，这也是一种献新。内心当中有这个意乐很重要，这是属于饮食方面的。

穿衣:当你准备换上一件崭新的衣服时，还没有穿之前，应先观想供养三宝，向空中甩动一下，然后意念三宝赐给了自己，再穿上。

当然，不仅仅是新衣服，任何一种你特别喜欢的对境，比如新房子、新道场，都可以先供养三宝，之后观想三宝赐给自己，这样是非常有功德的。听说有个道友天天在佛前供水果，完了以后，就跟佛说：“释迦牟尼佛啊，您把最好的苹果给我吃哦！”呵呵，这样可以。

换新衣服也是这样，在穿新衣服之前把衣服一边抖动一边内心观想，如果不方便说，就内心观想供养上师三宝，然后赐给自己。如果方便说的话也没啥，大家都是金刚道友，或者很方便时，就说“供养三宝”，然后“赐给我”，也可以。这样也是一种习惯。随便就可以积累资粮，东西还是你的，资粮积累了，你还可以穿，因为三宝没有什么执著的。要么是圣僧的自性，要么是佛的自性，不要执著。所以供养完再观想赐给自己，这方面就没有过失。

供品也是一样的，撤下之后观想佛陀赐给我们，也是可以的，这个道理是一样的。衣服方面忆念三宝赐给自己再穿上，老修行人都有这个习惯。有时我们穿上衣服，才想起忘了观想，再脱下来甩又不好意思，因为穿了之后感觉已经不是献新了，有的就发愿下次一定要注意，这是修行不到量的时候经常会出现的情况。

同样，遇到悦意的外境，如美丽的花园、清澈的河流、美妙的宫殿、悦意的树林、广大的财产、富饶的受用、佩带装饰的俊男美女等，也应先供养三宝。(你在路上看到一个特别好看的人，可以马上想：“供养三宝！供养三宝！”)无论看见任何喜爱或贪执的事物，都要诚心意念供养三宝。

只要是美好的东西都可以供养。搬新房子了，在住之前先观想供养三宝，再赐给自己。或者不是你的房子也可以，看到好的东西都可以观想供养三宝。第一个是培养修行的意乐、习惯，第二也是通过这种方式来积累资粮。

虽然这里的钱不是自己的，但可以通过意缘取供养，但真实的钱没有拿走，这样不算偷盗。供养的部分只是自己眼睛看到的部分，是属于自己的。虽然花是别人的，但我并没有拿走，只是眼睛看

到这个部分供养了，这是自己的眼识，没事。观想这里所有银行的钱都供养，这是心中意念的部分是可以供养的，并不是犯什么大的盗窃。

所有的精品店里的奢侈品也都可以供养。因为这些是自己的眼识看到的，可以供养。好听的音乐也是耳识听到的可以供养，我的意识方面也可以供养，因为这是我的。并不是别的东西我伸手拿了之后现在属于我了，我再拿去供养。这属于偷盗是不合适的，但是我眼睛看到的这一部分是我的，可以拿来供养，这是没有问题的。

这里讲的悦意外境，美丽的花园。大家现在有钱的时候会到处游玩，看到美好的东西都可以供养，要养成这种习惯。美丽的花园可以观想供养三宝。看到清澈的河流感到很惬意，就可以观想把整个清澈的河流供养三宝。不管是以前还是现在修的，只要是美妙的豪华的让人悦意的宫殿都可以供养三宝。特别悦意的森林或树林，还有广大的财产(别人的财产，亿万富翁的财产，各大银行的财产)，以及富饶的受用，对你来讲都可以观想供养三宝。乃至长得很好看的俊男美女都可以供养三宝。

这样供养完之后还有一种意思就是放弃。认为这是我的，我要得到，这是一种贪欲。在供养中，除了积资净障之外，还有一种意思就是把这种东西布施掉了，这也是一种放弃。所以当我对很好的东西，对男人或女人很贪著的时候，索性供养了，供养完之后就放下了，这也是一种修行。这比你想要牢牢地抓住要好的多。

内心当中供养完了可能还会贪著，但训练了一次放弃。虽然效果不明显，暂时来讲还没有那么大的成效，不像初地菩萨一样真的把所有东西都放弃了。但是供养一次就放弃一次，虽然供养完之后还会生起贪著，但肯定比没有供养要好的多。这其实是在训练我们修行的习气，训练很长时间后，对这些就没有兴趣了。因为知道已经供养了，想也没有什么用，而且有时会生起障碍和烦恼，所以这种训练也是一种放弃。布施和供养的核心就是放弃。

菩萨布施身体就把所有的身体都放弃了，他不再执著之后就相应于正道，这对证悟实相来讲是非常迅速的途径，所以以上这些方面都要供养。有时对于我们看到的这些很喜欢得到，很贪著的对境，就用来供养三宝，同时在想，我已经供养三宝了，不是我的了，我应该把他放弃掉，这样的训练对我们来讲还是很好的。

佛陀老人家在《百业经》当中有个“我不要”的公案。有一个人很吝啬，有次一位施主用钱买了甘美的食物供养佛陀，那个很吝啬的人就说：“你把它给我”。佛陀说：“不给，你说一句‘我不要’，就奖励给你”。那人在这样的情况下说了一次我不要，佛陀说，因为那人说了这一次“我不要”，就已经种下了很深厚的解脱的习气。他以前全都是我要，我要，但是他从来不说我不要，佛陀通过这个善巧方便让他说了一次“我不要”，心里放弃了一次，这个时候其实就种下了解脱的善根。

为什么我们在这个地方讲呢？我们供养完之后可能还在继续贪著，但其实是在训练自己放弃，这样修的话慢慢习气就会很强烈，就和正道相应。除了这样的修行，还有很多别的和解脱道相应的修行一起多管齐下，逐渐我们就可以获得证悟。

打水时，也应将献新供养三宝之后，再把水装入自己的水器。不过，现在城市里有自来水，不一定有条件这样做。在以前，人们去泉边、井边打水时，都会先沾取水瓢里的一点，向空中洒三下，然后再装入自己的水桶。

这是从以前藏区修行来说的，因为藏区都是在泉水中打水。以前我们背着桶去打水的时候，那时在学《前行》，我们就用勺子把水舀起来之后往天上洒，漏在自己头上很多次，洒了之后再把手舀到桶里面。有些修行人是舀满了，再从桶里面去供养的。我们习惯了在打水之前首先用勺子舀了然后洒在虚空当中，观想三宝在天空当中接受供养。上师说现在很多城市里面都是自来水，这样的话不一定适合。

古人的这些行为，如今不少人觉得是一种多余，这是因为他们不了解此举的功德。其实，除了我们眼睛看见的以外，还有无形的三宝加持，不管你承不承认，只要供养了三宝，就算财物不是很多，也可以积累许许多多功德。《大庄严论经》云：“虽无诸珍宝，及以资生具，能信三宝者，是名第一富。”因此，我们看见一个美妙的对境时，随时随地都要供养三宝。

此外，自己获得现世的幸福美满、安居乐业、名声远扬等任何称心如意的事情，也要想到这完全来自于三宝的大悲，首先供养三宝，生起恭敬心，并观清净心。

我们现世的幸福美满、安居乐业、名声远扬等等称心如意的事情都是三宝大悲加持的，是因为三宝的事业。直接三宝的加持也好，还是通过三宝示现的教言，我们取舍之后通过善根呈现出来的幸福美满，直接或者间接都来自于三宝的大悲。

我们为了感恩，首先要供养三宝，生起恭敬心并观清净心，或者供养后观想和三宝相应。相应的方法很多，以前也讲过顶礼，供养都是可以和三宝相应的。如果我们能够再进一步，供养完之后要观想通过这个善法我要和三宝相应，这就会成为和三宝相应的因。或者供养完之后观想所供养的三宝也是我的自性，这其实也是相应了一次让你自己本性苏醒的因。或者观想三轮体空就和空性相应一次，这些都是可以的。观想为了利益众生就和菩提心相应一次，这一个供养可以和很多你需要的修行相应。

自己顶礼供养、观修本尊、念诵咒语等一切善根，也应当供养三宝，然后回向众生。我们平时念的放生仪轨中，就有专门供养三宝的偈颂，有些人看后觉得：“我自己放生就可以了，还供养三宝干嘛？没有必要。”其实不是这样的，无论你做任何一件善事，将善根先供养三宝，后回向众生，如此既有供养的功德，也有布施的功德。比如，你今天听课、念《普贤行愿品》、修加行的善根，首先观想供养三宝，然后回向给天下无边的众生。表面上看这是一种耽著，但实际上，这种耽著可令我们积累很大的菩提资粮。

除了这些之外，善根也可以供养。比如我们修行完，讲经说法完之后也可以首先把这个善根供养三宝之后再回向，或者把善根供养上师三宝，请上师三宝回向。这是很好的观想作意的方法。这里是说善根也可以供养，下面讲了在一些比较吉祥的日子当中尤其应该供养。

尤其在藏历每月十五、三十的昼夜六时中，一定要尽可能供养三宝。或者每月的初八、初十、二十五、二十九，以及汉地的佛陀成道日、观音菩萨诞生日等吉日中，也要尽量作供养。并且，平时也不间断供养三宝。

我在小的时候，常听父母、附近修行人说：“今天是初十，一定要行持善法。”“今天是初八，所有孩童都要行善。”从小就有这样的传统。但现在藏地的一些地方，这种习惯还是有点改变。我常常会想：“可能是与前世的福德有关吧，我从小不管读小学、中学，还是在家里放牦牛，总能遇到非常好的善知识，一直不让我学得特别坏。一个人在年龄没有成熟时，很容易随外境而转变，此时周围如果有好的观念和行为，就会影响他一辈子。”所以，现在的父母特别需要在孩子耳边、孩子眼前，作正面的引导。我们也应通过各种方法，给这些新一代的孩子灌输佛教的理念和教育。

这些吉祥日子，当然汉地吉祥日子就是初一、十五，进庙烧香等比较好。在藏地十五、三十日是比较吉祥的日子。有些时候初十，二十五，空行、空行母聚集的时间，那时作供养的功德也是特别大。还有一些八戒六斋日，佛菩萨圣诞日作供养都是非常好的。是不是只有在这些日子供养呢？也不是。这些尤其应该着重供养(今天我看了藏历是三十，农历也是三十)，应该殷重地作些供养，不管是法供养还是财供养都是非常好的。

总之，大家随时随地切切不要忘记：无论是苦是乐，唯一要皈依三宝。若能做到这一点，那在梦心里害怕、恐惧万分时，也能够皈依，这样一来，在中阴界时也能做到。在没有达到这样的境界之前，务必要努力念修皈依。

我们在没有达到这种境界之前，就要通过前面的方式来训练，把这个修炼得习惯成自然，这时候就随时随地都不忘记忆念祈祷三宝，这样在我们中阴的时候就很容易解脱。因为中阴的时候很恐怖，中阴时有特别恐怖的声音和景象都会出现。如果没有训练过就会惊慌失措，如果惊慌失措能起作用的话，那我们就惊慌失措好了，但关键是惊慌失措除了让自己痛苦之外，没有办法起作用。在白天无论何时都经常训练，晚上做恶梦的时候就容易忆念三宝。如果在梦中习惯了，中阴恐怖出现的时候就会忆念三宝，那个时候就会获得解脱。这样以来消除怖畏获得解脱，往生净土这些都是可以承办的，所以在达到这个境界之前一定要训练。

皈依不是一个仪式，是修行更深远皈依的开始，比如说今天我所讲的都是属于皈依的修法，第一次的皈依仪式只是刚刚进入更深修法的第一步，在我们皈依修法没有达到这个境界之前，一定要努力念修皈依。

宁死也不舍弃三宝

归根到底一句话:一心一意依托三宝之后，纵遇命难，也绝不能舍弃三宝。

《六度集经》中说，从前有一位国王，以佛法来治理国家。为了推行佛法，他诏令天下：凡是肯受持戒律、身心清净者，即可免除一切赋役。

有些人为了免税，表面上信奉三宝，背地里却为非作歹。国王发觉这种情况后，决定重重惩治这些人。为了分辨出哪些人是伪善之徒，国王想出一条计策：

他命人在全国各地贴出告示，上面写着：“凡是信奉佛法者，都要处以死刑！”结果，那些伪善之徒一看告示，纷纷舍弃佛法，露出本性，毫无顾忌地作奸犯科。

当时有一位年老的修行人，看到国王的禁令，心里非常悲哀。他想：“佛经中记载，三宝的功德非常大。我今以宿世功德，才能信奉三宝，如果要我舍弃正道，即使可贵为帝王，我也不会去做。若能亲近三宝，就算牺牲性命，我也在所不惜。”于是，他对佛教依然笃信不已，并劝儿子千万不能舍弃三宝。

国王得知后非常高兴，派人请他到王宫来，任命他为宰相，并待以厚礼。至于那些舍弃佛教的伪善之徒，皆被课以重税和劳役。从此以后，国内就再无伪善的行为了。

其实，我们对三宝若有这样虔诚的信心，三宝的加持自会时时入于心。假如纵然遇到生命危险也永远不舍弃三宝，有如此坚定信念的话，才是名副其实的佛教徒。

从前，印度的一位居士，被外道徒抓住了。他们威胁：“如果舍弃皈依三宝，就放你一条生路；如果不舍弃，就杀掉你。”这位居士回答：“仅仅口头上说一句也可以，但我内心绝不可能舍弃。”最后，他被外道徒杀害了。我们也务必要竭尽全力，使自己拥有这样的境界。

尤其是这次大家共修皈依，一定要反反复复地思维。虽然你现在没有遇到那么大的违缘，但可能你家里不信佛教的人，经常对你百般威胁，在这种情况下，万万不能舍弃三宝，这种誓言一定要坚定。（口头上也不能舍弃，否则也有一定的过失。）

在“文革”期间，藏地也好、汉地也好，这方面可歌可泣的故事相当多。那个时候，谁是真正的佛教徒，谁是虚伪的佛教徒，一下子就可以看得出来。而我们没有遭受这种逆境时，理应多多串习，修满十万遍皈依。其实，每个人的心是可以转变的，以前对三宝的信心马马虎虎，后来通过不断修持，必定能产生坚定不移的信心。否则，只是名相上的佛教徒，对解脱没有多大意义。

这些内容，大家必须要先了解好，之后再慢慢串习，串习到了究竟时，才算是有了修行境界。加行中虽要求我们念十万遍皈依，但这个数字只不过是最低界限。你念完之后可以扪心自问，如果有人逼你舍弃三宝，不然就会杀死你，此时你会怎么做？倘若你有可能舍弃，那说明修行还不到量，还要继续念，二十万遍、三十万遍都可以。

总之，皈依不是口头上的，大家一定要从内心中，对三宝生起稳固的信心。假如你在皈依境面前，已经发了十万遍誓言，再变心的话，就太坏了。世间人说一句海誓山盟，永远都会刻在心底，将来变了要受到惩罚。那我们在三宝面前，一心一意地发了十万遍誓，就更不能轻易改变了！

把所有的意义归纳到一起，我们一心一意地皈依三宝之后即使是遇到生命危险也不能够舍弃三宝。因为皈依三宝是我们今生后世所有快乐的源泉，这个是绝对不能舍弃的。

生命舍弃了下一次还会轮回，因为我们下次所有轮回的因都已经齐全了，不管什么时候死都会有下一世的，这个生命死了之后还会有第二次的生命。但舍弃了皈依就把今生后世所有快乐的因缘舍弃了。所以纵遇命难，可以舍弃生命也不能舍弃三宝的原因就是这样的。

华智仁波切说这就是一个标准，真是一个修皈依的不管是出家人还是居士，其实应该在内心当中达到这个标准。不要说出现别的违缘，即便是真出现生命危险的时候，我可以舍弃生命但不可以舍弃三宝。当然我们必须通过前面的修学对三宝的自性有深入的了知，对三宝的信心非常的坚固，才能够这样做取舍，否则的话很难这样作取舍。

尤其当我们最珍贵的生命遇到危险时，为了保全自己生命而不舍弃三宝是很难做到的。必须平时多去闻思修行、多了解三宝的功德，只有多训练、多了知之后信念才能够逐渐地生起和坚定。当然我们不一定能遇到这样的违缘，但是以这样的心态对我们下面修学菩提心，修学金刚萨埵等修行是一个很坚实的基础。

前面也说了，我们既然已皈依了三宝，遇到生命危险也不能改变。**一旦放弃了皈依三宝，那么即使修持再高深莫测的大法，也不能列入佛教徒的行列中**。如阿底峡尊者云：“内外道以皈依别。

阿底峡尊者，是当年印度东西方无与伦比的大班智达，他被迎请至藏地之后，主要强调了两个问题：因果与皈依。尤其在皈依中，他说外道和内道的区别，不是看身上的穿着、守持的戒律，而是有没有皈依三宝。

其实在外道中，也有断除恶业、行持善法、观修本尊、修持风脉的，并能依此获得共同成就。以前为迎请阿底峡尊者进藏，藏地先后派了很多僧人，藏王智光也付出了生命代价。在尊者入藏前的很长时间，去印度迎请他的译师，一直形影不离地跟着他。一次在恒河旁边，尊者和译师看见一个老婆罗门，背着一个小孩的尸体。到了河边，老婆罗门放下尸体，先在恒河里洗干净，放在自己身边，然后就开始坐禅。过了一会儿，只见小孩复活过来，老婆罗门却断气身亡。之后，小孩把老婆罗门的尸体扔到恒河里，大摇大摆地扬长而去。藏地的译师见此深感稀有，问阿底峡尊者是怎么回事。尊者告诉他，这是外道的一种借尸还魂法。

(类似的修法，在藏传佛教中也有，名为迁识夺舍法。以前玛尔巴的儿子不慎落马身亡，之后就把自己的心识迁移到一个尸体中，从而得到了重生。当然，被迁移的身体必须完好无损，不能受伤或者残疾。)

从这个故事也可以看出，外道不光是只会念咒语、持戒律、行善法，甚至有些出乎意料的境界，比如在水里像鱼一样畅游，在空中像飞禽一样飞翔，在山岩中无碍地穿来穿去，他们也都具有。但因为不知皈依三宝，他们与解脱道就有千里之遥，永远不能从轮回中解脱出来。

现在世间上有很多人，一生都在追求名声、地位、财富，其实，今生短暂的快乐并不重要，最关键的是什么？就是要永远脱离三界轮回。若想达到这一点，首先必须要皈依三宝。汉地的《庐山莲宗宝鉴》说：“佛言一切众生，若不归依三宝，永劫堕三恶道。”

《大乘理趣六波罗蜜多经》里也有相似的教证：“归依佛法僧宝，脱苦方便。若不归依，后悔何及？”所以，脱离轮回的最好方法，就是皈依佛、皈依法、皈依僧。

在我们藏地，大大小小、男女老少都特别重视皈依，他们从小就对三宝有非常虔诚的心，皈依偈也念得特别多。前两天，我们学院刚圆寂了一位老喇嘛，他念了很多皈依偈，具体数目我不是很清楚，只知道他还念了六亿遍观音心咒，十万遍《三十五佛忏悔文》，一百万遍《普贤行愿品》。他叫丹珠喇嘛，学院许多人都认识他，我刚来学院时，他就已经在。前不久他圆寂时，好像是去往另一个地方一样，没有任何恐惧心，非常自在洒脱的感觉。他一辈子都在行持善法，去世时是 84 岁。希荣博堪布的传记中说，第一次到学院时，自己就是跟他一起上来的。据他隔壁的有些法师讲，丹珠喇嘛在闻思上不是很聪明，但在念诵、观修方面，还是很下功夫，白天晚上非常精进，晚上睡眠也比较少。其实我们来到这个世界，每个人都是一样的，但离开这个世界时，有些人是满载而归，有些人却两手空空。

话说回来，我们若想从轮回中解脱，没有皈依三宝的话，是根本不可能的。阿底峡尊者是藏地后弘时期著名的大德，他在朗达玛灭佛后一百多年，即公元 1040 年 59 岁时来到藏地，从阿里开始弘扬正法，后渐扩展至整个藏区。

他对浩瀚如海的显密正法，无所不知、无所不晓，对个别有缘者也传过密宗的灌顶、窍诀，但考虑到皈依对初学者来说是重中之重，于是在所有的法会中，着重弘扬皈依和业因果，由此被人们称为“皈依班智达”、“业果班智达”。

有些弟子曾问阿底峡尊者：“您是印度那么出名的大班智达，结果来到藏地之后，却被称为‘皈依班智达’。这对您来讲是一种侮辱吧？因为皈依是特别简单的法。”尊者回答：

“显密所有教法的根本，就是皈依。人们给我这个称呼，是对我的莫大赞叹，我今后还要不断弘扬皈依。”

由此，皈依的重要性可见一斑。大家在修行的过程中，一定要打好这个基础。否则，光是身上穿着红色僧衣，头发剃得光光的，对三宝连尊重心、欢喜心都没有，那怎么称得上是出家人呢？倘若连皈依的基本要求都做不到，这是特别可笑、可耻的。

因此，作为已迈入解脱道的佛教徒，从今往后，即使遇到生命危险，也绝不可舍弃皈依及皈依戒，这一点必须要付诸于实际行动中。正如经中所说：“何人皈依佛，彼为真居士，何时亦不能，皈依其他尊；皈依于正法，远离恼害心；皈依圣僧众，不应交外道……”

这个教证，与我前面引用的《涅槃经》意思一致，只不过译法不同。意思是说，皈依佛陀之后，你就成了真正的居士，何时也不能皈依帝释、梵天等外道天尊。常有人说：“我只想皈依三宝，居士戒不想受。”其实你皈依了三宝的话，就已经成了居士了。

皈依正法之后，千万不能损害任何众生。当然，你无意中因嗔心控制不住，可能会直接或间接伤害众生，但做了以后要马上忏悔，而且不能杀害众生。

皈依僧众之后，与外道徒、无信仰者，乃至詈骂上师或褻渎正法之人，绝对不能交往。否则，“近朱者赤，近墨者黑”，慢慢受到他们的影响，自己的见行也会同流合污，结果与正法背道而驰。

若能虔诚地皈依三宝，佛陀是绝不会欺惑我们的，始终会赐予加持和悉地，让我们真正得到快乐。诚如《妙法莲华经》所言：“若人信归佛，如来不欺诳。”所以，佛陀、佛法、僧众这三者，是一切功德之海，我们理应恭敬、欢欢喜喜地皈依，经常观想和祈祷，《华严经》中又说：“一切诸导师，正法菩萨众，圣僧功德海，皆悉应恭敬。”

前面讲到一位居士被外道抓住后，没有舍弃三宝而被外道杀害。华智仁波切鼓励我们应向这位居士学习，我们也务必竭尽全力使自己拥有这样的境界。这里只是举了一个例子，实际上在修学佛法、弘扬佛法的过程中，出现了许多这样的居士还有出家人，他们在受到威胁时，都宁舍生命，不舍三宝。像那烂陀寺被外道灭的时候，僧人们都没有舍弃三宝，最后被杀害。有很多这样的事例。

那么这个是我们前辈的事迹，我们应该随学这样的行为，心中要发誓愿。每次都要这样想，就相当于训练一样。如果平时练的多了，在最紧急的时刻、最重要的关头，就可以生起这样的决心。反之，如果平常没有这样想，没有多次串习，遇到这样的情况很容易就被危险吓住，或者被各种威逼利诱震慑住，这样就很有可能舍弃三宝。一旦舍弃了三宝，今生后世所有的安乐，也一起舍弃掉了。

一旦放弃皈依三宝，即便形象上修再多高深莫测的大法，如生起次第、圆满次第，或者修持明心见性也好，修持大圆满也好，大威德、金刚橛等等，都不能列入佛教徒的行列了。因为所修的法是什么？高深莫测的大法，其实就是三宝自性中法宝的自性。如果把三宝都舍弃了，再修这些法，就跟三宝、真正的解脱之道不沾边了，再怎么修也没法成就。为什么？因为已经舍弃了根本，要通过这法获得证悟、利益，因缘不具足。不皈依三宝能不能觉悟？不能。为什么？这是缘起。任何果法的获得，内因外缘缺一不可。要获得觉悟，对三宝的皈依是很重要的因缘。如果因缘不具足，虽然在做很多礼拜等行为，并不是真实的修持，和修持觉悟之道没关系。

对觉悟道根本舍弃，外表上参加法会等和觉悟之道是不沾边的。觉悟之道，不是在行为上，而是在内心中是否相应于道行持。道是在心中、境界中、觉悟见解中出现。有这种见解，就是道；把这种见解延续下去，就叫修道。

没有这种认知、见解，道显示不出来。没有外在的、像高速公路的道——误打误撞上了高速，不知道的情况下到了目的。而觉悟之道没有外在的道，它只是让我们了知的比喻。道是精神的延续，殊胜的见解、殊胜行为的延续，称之为道。舍弃了三宝，任何高深莫测的大法都没办法相应，即便修行也不能列入佛教徒的行列，不是佛弟子。

如阿底峡尊者说：“内外道以皈依别。”

内道、外道怎么区别？区别的方式有两种：一是内外道以皈依别。内道和外道最大的差别，在于是否皈依三宝。皈依三宝的称为内道，不承诺皈依三宝的叫做外道。内和外是从皈不皈依三宝来讲。

前面学到内道主要是向内调心、寻找佛性的过程，不是往外部环境、身语方面去找“道”。所以观心、调心、让心性现前的称之为内道;除此之外的称之为外道。

“内外道以皈依别”，是阿底峡尊者著名的教言。平时我们也经常说内外道以皈依别;大小乘以发心别(大乘和小乘是以是否发菩提心来作区别);显密宗是通过是否有等净无二的清净见作区别。这是第一种内外道差别的方式，主要以皈依作区别。

阿底峡尊者是那么大的班智达，对于皈依还反复讲。关键就是我们不要对皈依太过于轻视、不要觉得很简单，**其实皈依的修法还是很深刻的**。有时候，或许在词句上面容易通达，但真正来讲，我们反观自己:是不是生起了对三宝完全清净的信心?不退的皈依心我们生起来没有?当遇到违缘的时候，我们想没想到皈依?是不是第一个想到皈依三宝或者忆念三宝加持?

若遇到违缘的时候，认为三宝是不是没有加持力?我既然皈依了，为什么还出现这些违缘、障碍?如果出现这种心态，就说明皈依的修法还远没有修好，我们的信心都还没有坚固。在我们皈依的相续当中，出现这么多的杂念，你还说我们的皈依修好了吗?如果皈依修好的人，那绝对不可能出现杂念的。就像医生拿着听筒去听你的心脏，出现了杂音就说明你心脏不好了。

如果当我们在遇到这些问题、出现分别念、杂音的时候，就说明我们皈依的心脏里可能不健康(没有很清净)。所以，这个不是很简单。其实真正来讲，我们坐下来反观自己心的时候，有没有很清净的皈依心呢?有的时候该打一个大的问号。但是不管怎么样，问号可以打，关键我们要努力。我们知道做的不够，就不要放弃，要更加精进地把它生起来，这就是勇士应有的心态。勇士和懦夫之间差别就是:懦夫发现自己不足的时候，认为不行就算了、就放下了，不会去争取。而勇士不是这样的!当他发现不足时，就决心一定要去完善、一定让它圆满，如果皈依没学好，就一定要把它修好。像这样的话，勇士最后能够成为勇士、懦夫成为懦夫。区别不在外表长得凶不凶，主要是看他的心量大不大、心态勇不勇悍，素质就从这方面来体现的。

菩萨是什么呢?菩萨的心识很勇猛，既然要修菩萨道，我们的心识就不能够怯懦。否则成不了菩萨、也没办法在觉悟之道上成为勇士。

我们可以被烦恼打败，但是不可能永远被打败，要有这样一颗不屈的心，其实在修道过程当中是很重要的。在世间做任何事情，不屈服的心很重要。尤其是在修道当中，调伏烦恼、和烦恼作战的过程，不屈服的心是非常重要的。

因此，作为已经迈入解脱道的佛教徒，从今往后即使遇到生命危险也绝不可舍弃皈依及皈依戒，这一点必须要付诸于实际行动中。

因此说，我们在仪式上面皈依过了、已经是迈入解脱道的佛教徒。从现在开始乃至于菩提果之间，当然我们可能还会在今生或来世遇到生命危险。不管怎么样，对于此后的事情，我们都不可预料、不可预见。但是，我们要在这儿发个愿:不管以后再怎么样，即便遇到生命危险，也不舍弃皈依和皈依戒。

如果连生命危险都不舍弃的话，那么在我们遇到违缘的时候，当然也肯定是不舍 弃的。因为在所有我们执著的东西当中，对生命的执著是最严重的。所以，如果我们遇到生命危险也不舍弃三宝的话，其他的违缘就更不用讲了。

但是，有些时候我们不注意(皈依心如果不稳固)的话，当我们在生活中遇到一点不顺的时候，就开始想：三宝是不是有能力啊？像我每天都在念、都在祈祷，怎么没有能力遣除我的这个违缘呢？有时候就开始在小小的事情上面，经常性地出现一些邪见。因此第一，我们要经常忏悔；第二，真正有必要反复地学。因为反复学完之后，我们智慧增上了，生起邪见的可能性就越低。只要邪见一生起来，就被你的智慧化解掉了，哪里还有让它做大的可能性呢？就是因为没有智慧，就只能看着它做大而却对治不了，有的时候暂时压得住、长期也压不住的。尤其在旁边再遇到一个煽风点火的人，那就更惨了。

我们还是要以闻思修行来得到一个比较自主的定解，这是很重要的。不管上师、道友在不在跟前；不管自己是在恶劣的还是好的环境当中，内心有殊胜的正见，那是谁都夺不走的。你即便是在最危险的地方也是安全的，为什么呢？因为最保险的东西在你的心里面，谁都拿不走、抢不走。这个时候的你不会受到别人的言论和自己邪知邪见的影响。

所以，纵遇生命危险也不舍弃皈依处。一方面我们的确要再再发愿。但有时，我们没有遇到这个环境的时候，怎么样都好说。我们在座上打坐的时候，一想到三宝的功德，痛哭流涕的可能性也有，这个时候容易发起这种愿，因为我们还没有遇到真实的环境。

最害怕是什么？遇到这个环境的时候自己的心就随环境而变，信心慢慢也就没有了，开始舍弃三宝的心就有可能升起来。所以，一方面“发坚定的誓愿”的确很重要，这也是一个缘起。第二个方面，要想方设法地来让自己，在真实遇到这个环境的时候的确也不动摇。这就必须要通过修行、训练才能达成。就像一个人在没有上战场之前，怎么样喊都行，你可以把手指头咬出血，写很多篇血书。但是，真正到了战场上那就是另外一回事儿了。如果你平时没有训练的话，脚跟都软了，根本连爬都爬不动，那个时候就非常危险。但是怎么样才能做到？就是平时在没遇到这些之前，非常严格认真地去训练，训练就相当于模拟，训练好了，到了这个环境当中就可以了。

平时我们就要训练，要多缘着甚深的法义认真地闻思修行，让内心升起智慧，再再地训练，慢慢我们的邪知邪见越来越少，最后就生不起来了。即便是突然生起来一个或者说听到些言论的时候，也绝对不会受到它的影响。不断地训练是非常重要的。所以，这一点我们必须付诸于实际行动。

有的时候，很深的见解生不起来的话，我们要想到：皈依三宝是今生后世的唯一的福祉，无论如何不能舍弃，从大的方面能够忆念的话，在有些比较严峻的时刻，不舍弃三宝的情况也是能够有的。

“何时亦不能，皈依其他尊；”这个时候他已经成为了皈依佛陀的修行居士，之后何时也不能皈依其它宗教的外道，不能够把其它的外道天神当成真正的导师来进行皈依。

“皈依于正法，远离恼害心；”当我们皈依正法之后，尽量要远离恼害之心——伤害众生的心。因为正法是帮助我们调伏烦恼、远离恶业的，修行正法可以让我们真实趋于实相。所以，正法的自性与轮回的自性、伤害众生使之痛苦的自性是背道而驰的。正法帮助我们离开痛苦，而恼害心让我们获得痛苦；正法让我们获得安乐，而恼害心让我们丢失安乐；正法是让我们获得觉悟，而恼害众生的心是相应轮回的。皈依正法就要想方设法地远离恼害心，但这也有很多标准，不是刚开始就有的，而是要我们首先发一个誓愿，或者把皈依正法之后远离恼害心当成一个目标慢慢地接近，通过训练后连伤害众生的心都不生起，心变得特别慈悲善良。

现在很多人刚刚从经常伤害众生的心态中皈依，要他马上丢弃这种心态可能还有困难。所以我们先要在行为上停止伤害众生，语言上不伤害众生，然后逐渐地在内心当中停止。因为心很难调伏，相对来讲身、语是比较容易的，把你的身体管住不杀生不伤害，另外不用语言伤害众生相对来讲容易多了，但是最难的是心上面的控制和调伏。远离恼害心是一个高标准，对我们来讲可以把它当成一个目标，其它的行为方面我们能做的尽量去做，如果做不到对所有的众生避免伤害，那我们先发愿不伤害一部分众生，然后逐渐地靠近乃至于不产生伤害众生的心，这的确非常困难。

“皈依圣僧众，不应交外道.....” 皈依圣僧众之后，我们就不应该交外道了。交外道的意思就是不把他们当成修道的伴侣，见解和修行不跟他们相应，并不是不和外道说话。很多道友的家人也有不信佛的，或者皈依其他外道的。这个“交”的意思是见解不跟他们相应、行为方面不相应、不把他们当成修道的伴侣。

杜绝对三宝所依的不敬

如今有些人，表面上是佛教徒、出家人，自以为是三宝的随行者，可对佛经、佛塔、佛像等三宝所依，没有一丝一毫的恭敬心，甚至把这些只看成是普通的财物，进行买卖或作为抵押品.....这就是所谓的“享用三宝身财”，罪过极其严重。

《观佛三昧海经》里有一位优填王，他因思念去忉利天为母说法的佛陀，就特意造了一尊释迦牟尼佛的金像，天天顶礼供养。后来佛陀从忉利天回到人间，他用大象载金像去迎接。金像见到佛陀之后，从象背上下来向佛陀顶礼。佛陀也合掌向金像顶礼，虚空中百千化佛也向金像合掌长跪。佛陀对金像授记：“我灭度之后，我的弟子就托付给你了.....”从那时起，世间上就有了佛像。即使佛陀后来示现了涅槃，但众生仍有礼拜、供养的对境。

这样的三宝所依，我们若为养活自己而当成买卖品，是非常不合理的。我以前也讲过，智悲光尊者在《功德藏》及其自释中说：“如果买卖或毁坏佛像、佛经、佛塔，依靠三宝而造罪，这叫做无与伦比的罪业。应当怎么弥补呢？应按照两倍以上作修复，再在三宝面前忏悔。”比如，以前你毁过 100 块钱的佛像，就要造一尊 200 块钱的佛像；你毁过 100 块钱的经书，就要印 200 块钱的经书，然后再进行忏悔，如此方能得以清净。

在座的道友也不妨想想，你曾毁坏过佛像、佛塔没有？如果有，临死前就要赶紧忏悔，否则，这种罪业不但影响来世，甚至现世中也会感受报应。

《安士全书》中记载：康熙初年，檀香的价格相当昂贵。有个开香铺的人，过去以三金买了一尊檀香的观音像，此时这些檀香已升至十六金，于是他想把观音像毁掉，变成檀香条去卖。他家佣人怕造罪，极力劝阻，但因身份卑微而没有人听。后来他们把观音像给毁了，不到一天，整个香铺突然起火，所有人都葬身火海。只有那个佣人，因去别的香铺帮工而逃过一劫。

可见，以三宝所依为对境造罪，过失非常严重。在我的人生中，也见过有些人故意烧经堂、毁佛像，最后他们在今生中成熟的果报极其惨烈。还有，在《目连问戒律中五百轻重

事》中，有人问：“买卖佛像有怎样的过失？”答：“罪同买卖父母。”所以，这方面务必要注意！

此外，除非是绘画、雕刻佛像时需要测量尺度，不得不评价佛头的大小、佛身的高矮，否则，对佛像指手画脚，妄加评论这里不庄严、那里不美观，过失也相当严重。

《极乐愿文大疏》中讲过，从前有个人对着一尊断了手指的佛像，说“断指佛”。话音刚落，他自己的手指就断了。

现在汉地有些人，根本不懂这个道理，经常说：“这是胖胖的佛、瘦瘦的佛、高高的佛……”这是不允许的。我们对人尚且不能如此不敬，更何况是佛像等三宝所依了？常有人评论：“这个莲花生大士很难看！”“这个释迦牟尼佛不庄严！”哪有这样的？释迦牟尼佛、莲花生大士等诸佛菩萨，全是相好圆满，我们千万不能对如此严厉的对境，乱造口业。
倘若你对有些佛像的工艺不满意，那不能说佛像不庄严，而应该说造佛像者的技术不好，不能像有些人动不动就：“哇，这么难看的观音菩萨！”这方面一定要注意，不然的话，轻易就会造很大恶业。

另外，也不允许将经函等直接放在地上，从经书上跨来跨去，或者翻页时手指蘸唾液等。
所有这些不恭敬的行为，罪过都特别严重。

以前法王去美国时，有一次给大家传《文殊大圆满》。中间灌顶的时候，有些人把法本放在圆圆的坐垫下，用坐垫压着法本，然后上去接受灌顶加持物。我们看了觉得特别可怕，赶紧提醒他们不能这样做。但个别人听了不以为然，连声说：“没事，没事。”

那么，这样做为什么会有过失呢？佛陀在经中亲口讲过：“末世五百年，我现文字相，作意彼为我，尔时当恭敬。”《大般若经》中也说：“法是佛身，若供养法即供养佛。”还有《大方便佛报恩经》说：“佛以法为师，佛从法生，法是佛母。”《历代三宝记》亦云：“法是佛母，佛从法生，三世如来皆供养法。”其实经函等文字就是佛法，能够出生三世一切佛，因而我们务必要恭敬。

如今，佛陀虽然已涅槃 2500 多年了，但佛教中慈悲喜舍的智慧，出离心、菩提心等教义，仍然保留完好，令我们相续中产生各种功德。这一切也来源于法。

前段时间，我跟一位法师聊天时说：“一个人来到这个世间，贡献最大的，就是写些好书。”如果写了不好的书，可能毁坏整个世界，但若 是好书的话，对人类的贡献真的非常大，其价值远远胜过一些建筑。像无垢光尊者、宗喀巴大师、麦彭仁波切，正是当年留下了大量珍贵 法宝，我们现在才能“前人种树，后人乘凉”，快乐地享受这些法义。经书既然如此殊胜，世间也有这样的俗话：“佛经上不能放佛像。”我们在摆设佛堂时，应该把经书摆上面，佛像摆下面。因为在所有佛像、经典、佛塔中，佛经具有开示取舍道理、延续佛法慧命等作用，与真佛没有一点一滴差别，甚至与佛陀相比，可以说有过之而无不及。所以，从这个角度而言，经书比佛像更为重要。

《地藏十轮经》也说：“如遇得贤瓶，除贫获富乐，如是遇佛法，灭惑证菩提。”穷人若遇到珍宝如意瓶，就能遣除贫困，获得富裕之乐。同样，我们遇到佛法之后，能成为精神上的富翁，就算有漏财产不多，也会过得非常快乐。

所以，佛法特别重要。我们皈依了佛法后，对一字一句以上的法宝，乃至佛经的一点点碎片，也务必要恭敬供养。

佛像、经典和佛塔中，佛经是直接具有取舍道理、延续佛法慧命的。打开佛经，如果懂文字，里面讲应做不应做，或者怎么发心、取舍正见，就好像佛陀在世宣讲一样。

虽然佛陀入灭了，但经书的作用是直接可以开示取舍道理的。而佛像显现上就不行，佛像供在佛堂上，可以带来整个区域的吉祥，给我们增福、增慧，佛塔也可以代表佛智。但是直接宣讲取舍道理，佛像和佛塔二者没有这个作用。而佛经可以直接告诉我们怎样取舍，佛陀在世也是宣讲这些道理，所以和真佛没有差别，甚至和佛陀相比有过之而不及。

经书难道超过真佛？这是从某个侧面来讲。哪个侧面呢？因为佛陀有时也显现不讲法，这时就没办法讲取舍之道。而经书不一样，只要一打开，就一直在讲取舍道理。从某些侧面来讲，佛陀也有休息的时候，佛陀也有走路、化缘、不说法的时候，但是经书随时打开，随时都在开示取舍的道理。单单从这个侧面来讲，可以安立为有过之而无不及。这方面告诉我们要尊重法宝，藏地所有正规的佛堂，全都是经书在上面，佛像在下面。说明经书比佛像还要珍贵，如果佛像没有了，可能会有损失，但是经书没有了，就没有真实的标准了。作为修行者，谁来指引修行？因为直接开示取舍之道的缘故，经书的珍贵性从这方面就可以体现。

尤为值得一提的是，在藏地，很多修行人去一些乡村念经时，虽知道金刚铃杵是不可缺少的，但多数人只将它当作平平常常的用品，而不认为是三宝所依。

实际上，金刚杵表示佛陀的五种意智慧。金刚铃也同样具有本尊面相，下续部中说这代表毗卢遮那佛，上续部中说表示金刚界自在母，因此，它具有佛陀的身相；再者，金刚铃上的莲花中有八个文字，是八大佛母真实的种子字；它清脆的响声，代表佛陀说法的妙音。可见，金刚铃已完全具备佛陀身语意三所依的象征。尤其是密宗的文武百尊坛城轮，在它上面象征性地全部具足，并且它也是不共誓言的标志。

对于密乘行者而言，让我们了解金刚铃杵的重要性。前行中告诉我们很多，让一个完全不懂佛法的人，逐渐懂得取舍之法。把初学者培养成为一个修行有素的、知道很多佛法见解、很多佛理的人。作为高素质的修行者，我们要好好地学习前行当中的内容。

现在多数人将金刚铃杵当作平平常常的用品而不认为是三宝的所依。

金刚铃杵其实是三宝的所依，现在比较多的是五股杵，不管是五股金刚杵，还是九股杵，它不是平常的用品，是完全是代表三宝的。

但实际上，金刚杵表示佛陀五种意智慧，

五股杵看起来好像是一个用具，有些地方把它当工具。但铃杵当中的杵有五股，是代表佛陀的五智，把五股杵拿到手里的时候，马上反观佛陀五智和自己本具五智等。这就是时刻提醒自己的一个法器，它其实也是佛陀智慧的代表，是属于五种意智慧。

金刚铃也同样具有本尊面相，

金刚铃也有本尊面相，金刚杵的中间、外面都有本尊的面相。

下续部中说这一面相代表毗卢遮那佛，

下续部是指：事部、行部、瑜伽部。在下续部中，这个面相代表是毗卢遮那佛，也是一位佛陀。

上续部中说它表示金刚界自在母，因此它具有身相；

在上续部过程中，这代表金刚界自在母，即佛母的自性，也是佛陀无二无别的自性。

金刚铃的身和意都有了——杵是代表意、面相代表身。

再者，金刚铃上有八大佛母真实种子字的经文相；

金刚铃有外侧内侧等，莲花瓣上就有八大佛母真实种子字的经文相，身语意的相还有语言——佛的身语意所依都是具足的，或者说三宝所依也是具足的，因为法宝存在于僧宝和佛宝的相续中，佛宝又是僧宝的究竟，佛宝已经包含了僧宝的自性。这就是经文相。

此外，它的清脆响声代表佛陀说法的妙音；

在摇铃的时候它会发出很清脆的声音，相当于种子字里发出的，相当于佛陀说法的声音，所以它也是代表佛陀说法的妙音。

可见，金刚铃已完全具备了身语意三所依的象征。

金刚铃杵是身语意三所依的象征，所以它不是一般的用具，是整个三宝的所依。

尤其是密宗金刚乘的全部坛城轮在它上面样样齐全、完整无缺，并且也是不共誓言的标志，如果对此轻视，当然会有严重的罪过，因此我们必须常常恭敬供养。

密宗金刚乘的全部坛城轮，很齐全地在金刚铃杵上面呈现。“并且也是不共誓言的标志”，什么是不共誓言的标志？灌了顶之后，就应该不离开铃杵，在家时铃杵在我们的身边，出门的时候也要带着铃杵。

大恩上师讲，如果铃杵太大不方便带，在我们念珠上，把计数器做成铃杵的样子，带在自己的身上。很多珠上都是铃杵代表的，这时其实也是不共誓言的标志——没有舍弃誓言物、没有舍弃三宝。

佛堂上也应该有铃杵的供养，也是三宝的所依、誓言的标志。这种自性如果轻视，罪过是很严重的。这也是纠正一些人认为铃杵就是简单用具的想法，我们知道它是三宝所依的自性。

为什么我们要皈依，而且以宁舍生命不舍三宝的方式皈依呢？因为你舍也舍不掉。为什么舍不掉？你能把佛陀舍掉吗？佛陀他就是证悟的自性，是一个无为法的自性。法宝你能舍掉吗？道谛、灭谛你能舍掉吗？它不是什么东西，一甩就甩掉了，它本身是一个不变的法，甩不掉的，没办法舍弃的。僧宝也是安住圣法的证悟者，也没有办法舍弃掉的。所以从本体上来讲，你想舍也舍不了。

但是某种意义上的舍——我现在不学啊，我现在不相信啊，这个方面有可能，从自己的侧面可以安立所谓的舍。但是真正的法宝，三宝本身的自性，它就是如是安住的，就像我们说“我要把虚空舍掉，我不要虚空了！”这个是不可能的，它就在这个地方，万法的实相就存在在这儿，不管你知不知道、了不了解，它就在这如是地安住，相当于你要舍弃是舍不掉的。但是，你对它有没有信心，或者以前有信心现在没有信心了，从这个侧面安立舍，那是可以的，就是真实的本体你舍不掉。从另外的角度来讲，它是绝对可靠的自性。不管怎么样，它永远就在这个地方，它的功德、功能永远在这儿，什么时候你有信心了，你就相当于和它联络上了，你就可以源源不断地生起功德；什么时候你把你的信心关掉了，就好像你把手机关机了，你就不能再接收信号了，就是这样而已，其他的没有。反正它永远在这儿，永远存在，太阳白天的时候一直在这儿，你到家里把门窗关得紧紧地，躲到地下室里面，这个时候你有可能不再接收它的帮助，但是，你愿意的话，把门窗一打开，你走出去的话，它永远就在那个地方。所以三宝的自性永远是不变的，你什么时候有信心了，什么时候你的善根成熟了，你愿意走近它了，它就在这儿，它永远不会变化的。

三宝的自性了知之后，如果我们对这些问题能深层次地理解，那么我们皈依的信心，绝对会有质量上的飞跃，不会像表层的信心。因为了解了这种自性之后，信心慢慢地会不退转的。

我们学习了皈依的修法，修完之后让我们对三宝完全地生起不动摇的信心，宁舍生命不舍三宝，也不舍弃对佛法的观修。

相续中反反复复地经常观修、发誓、思维皈依的功德、必要性，很深入细致地思维之后，再遇到这些问题的时候心才不会动摇。把你抓住了，让你舍弃三宝，否则就把你杀死。这样的事情几个人能遇到呢？很少的。真正遇到生命危险让你舍弃三宝的事情不一定都遇到，必定是比较极端的情况下才遇到。

除了这些极端的情况，佛法遇到违缘的时候有可能会遇到，很多时候基本遇不到。但是相似的比如说我们在生活、工作、修行过程当中遇到违缘的时候，我们会动摇，三宝是不是有这个能力呀？我皈依了三宝是不是没有力量？类似于要舍弃三宝的信心，其实是差不多的。所以不要以为这个容易，可以观想自己被捆住了，有个人用刀顶着我，观修的时候可能是在脑海里面不断地浮现出这样的场景，但这种情况不一定每个人都遇得到。

但是在生活、工作中遇到违缘的时候、内心当中会生起这样那样的怀疑，这种怀疑就和那个差不多。有些时候这些违缘让我们自己信心动摇，有些时候别人用奖励、用威胁等让我们自己对三宝动摇，其实都是我们在修皈依过程当中要面对、要观修、要发誓的地方。

我们在修行佛法的时候，不管出现什么问题，不管内心当中的分别念还是外在遇到很多违缘，自己对三宝的信心都不动摇，这不容易。真正我们被抓住，遇到那一天的时候，平时我们皈依的心不坚固，非常可能内心就畏惧了，嘴里就开始说我舍弃三宝.....这个很可怕，非常有可能。

所以我们在平时遇到违缘的时候也很容易对三宝的信心开始动摇。认为如果三宝是这么大的力量，为什么遇到事情的时候没有帮助我遣除违品？很容易产生这种想法。这种想法对佛法的修行本身就是一个障碍。

所以我们要在观修的时候，把所有的类似于这方面的问题都考虑进去，不管遇到什么样的情况对三宝的信心都不动摇。这个必须要不断地去观修三宝的功德，综合性观修自己作为修行者欠缺的地方。观修的时候把这个准备做充分了，遇到违缘的时候自己的信心就不会动摇了。

趋入觉悟之道的第一步就是皈依。这是很关键的，是基石。

皈依戒:简单地讲，正法就是不害他众，别解脱戒、菩萨戒、密乘戒都必须断除害他的一切事，从来没有说过正法是害他众。作为一名内道佛教徒，务必断除害有情。别解脱戒也要从这一点做起。也就是说，我们必须去除损害有情的心态和行为。密宗当中，上师是一切皈依处的本体，所以，凡是与上师身语意相违的自己身语意所行均要断除，要依止上师身语意所摄的身语意所行。如果让上师心情愉悦，就是令如海皈依境欢喜，如果违背了上师的意愿，那从此之后就无药可救，同时也与如海皈依境的心相违背。所以我们一定要断除令上师不欢喜的事，即生当中实修这唯一的皈依务必达到究竟。一个人在一生当中，要么是痛苦要么是快乐，另外再没有什么出路。痛苦也有苦果与苦因两种。**苦果**是指受到疾病折磨，着魔中邪，晦气所罩，当遭遇诸如此类不幸时，千万不要认为“我不该遭受这样的痛苦”而要想到，这也是三宝以大悲赐给我灭尽恶业的方便，后世将要感受的业，如今依靠三宝的大悲，使我现在就受报，从而使之穷尽，我真是高兴。**苦因**是指贪嗔痴的分别念，当萌生这些烦恼时，要想到:这也是三宝的大悲所至，为什么呢？是三宝以大悲在警告我:我的相续中有这样的烦恼随眠存在(，一定要舍弃)。从而把这些看成是值得欢喜、大有必要、必不可少的事，想到是三宝您以大悲关照使我的相续中不能生起这种不善的心行，由此满怀喜悦之情。

快乐也有乐因与乐果两种。**乐因**，就是生起诸如信心、出离心、菩提心之类的善分别念。华智仁波切亲口说过:如果生起一念善心，那也值得高兴。我们必须生起强有力的善念，使它与日俱增。诚如《入行论》中所说:“犹如乌云暗夜中，刹那闪电极明亮，如是依佛威德力，世人暂蒙修福意。”为了使这样的善念蒸蒸日上，一定要虔诚祈祷上师三宝。

乐果:如果自己丰衣足食，十全十美，要知晓这并不是来自于我了不起的魄力，而是三宝的悲心所致，进而对三宝感念恩德，报答恩德，精进供养。最起码，不管自己吃什么、喝什么，应该准备一个供养献新用的献新杯，可后来的人都只是把它看成是供鬼供神的，高低强弱的人谁也不曾想过它本是用来供养三宝的。(我们无论享受什么饮食，首先)在献新杯里加一点献新，口里念诵“无上本师即佛宝，无上救护即法宝，无上引导即僧宝，供养皈依三宝尊”，少少供上一点，这就代表不间断定时供养三宝、感恩图报。而且，身体受用都要供养三宝，权势财富要用在正法方面，就像所说的“辛勤如山王，不如积微福”。我们需要累积福德，而积累资粮的对境就是僧众。噶举派的教言中说:“活生生的佛陀、活生生的佛法、活生生的僧众。”供养僧众能够获得供养三宝的福德，供养佛、法虽然能得到供养的福德，却得不到对境接受的福德，而供养僧众既能得到供养的福德，也能得到接受的福德。尤其是，如果供养上师，就是供养第四宝，能获得无量福德。

思考题：

1) 在日常的行住坐卧中，怎么样随时随地忆念三宝?若能经常这样串习，对自己临终时有何帮助?

2) 眼识看到的，耳识听到的，意识方面都可以做供养，请分享你平时遇到美妙对境时候是如何做供养的。

3) 在佛像、经典、佛塔中，哪个最为重要? 请说明理由。你对此有何深刻体会?

4) 在藏传佛教中，金刚铃杵只是单纯的念经法器吗?为什么?

5) 三宝的自性是不是想舍弃就可以舍掉的?