

# 三皈五戒开示

净慧法师讲于第三届生活禅夏令营

今天举行一次结缘皈依。

结缘皈依是什么意思呢？我们在场的所有的营员，大部分是发起了要皈依三宝的信心，但可能也有一部分还有一些犹豫，还没有完全决定自己的选择。在这种情况下，为了帮助你们来进行选择，所以就举行一个结缘皈依。这种仪式，对于真正发起皈依三宝信心的营员，同样可以真正领受皈依；对于那些还没有完全发起信心、还在犹豫的营员，也可以获得一个增上缘，能够帮助你们在今后因缘成熟的时候，再来真正地发皈依三宝的心。

今天举行的只不过是一个仪式，实际上我们参加的这些活动，每天都有皈依三宝的内容。比如早上做早课有三皈依；晚上的晚课同样有三皈依；我们讲座开始前唱的《三宝歌》也有皈依的意思，因为歌中唱道：“今乃知唯此是真正皈依处。”我们如果真正能够口诵心维，那么我们每天至少有四次皈依的机会。佛教非常强调皈依的意义，因为一个人如何找到自己安身立命的处所，选择什么样的皈依处是至关重要的，所以佛教在一切活动当中都以皈依三宝作为一种普遍奉行的仪式。特别是在南传佛教国家，他们的一切活动、一切集会，首先就是皈依三宝、受持五戒，那么一个人在一生当中，可以说有无数次地履行三皈五戒的机会。在我们中国，因为没有把受持三皈五戒这种仪规形成一种风气，所以大家感觉到皈依三宝、受持五戒是一种很陌生的事情。

实际上，我们每个人只有经常反复地来履行皈依三宝、受持五戒的这种仪式，才能够使我们的信根、善根不断地增长、巩固和提高。因为在最古老的修持法门当中有一个五念法门或者六念法门，首先就是说要念佛、念法、念僧、念施、念戒五念，如果再加一念，就是念天。因为受持三皈五戒能够感得人天的果报，所以要念天。这个五念法门要时时刻刻反复地进行，才能够起到净化身心、淡化烦恼、开发智慧的作用，才能够使我们这个散漫的心经常可以收摄住。

什么叫做皈依呢？我们每个人都有家，不管走到天涯海角，我们心里想起的总是我们的那个家，不管你的家是多么的富有，还是多么的贫穷。富有的家我们固然会想，贫穷的家我们也是只要有就会想回去看一看。因为我们的人生总是缺乏一种安全感，只有到了自己的家，才感觉到非常的亲切、非常的安全，我们的身心才能够真正地放下。这是指我们每一个人世俗的家。那么回到家里以后依靠什么人呢？在孩提时代，我们依靠自己的父母，好像对妈妈特别地亲切，有了痛苦的时候，不管是在天涯海角，不管妈妈平日对我们的感情是深是浅，我们首先想到的是妈妈。因为妈妈代表了人间的至爱，代表了人类的真情，所以我们从还小的时候一直到妈妈还健在，我们都是以父母作为依靠。当我们成了家以后，这种彼此的依赖性就更加的明显。实际上，从世俗的观念来讲，这也是一种皈，也是一种依，时时刻刻都有个归家的要求，时时刻刻不能离开自己所依赖的人。我想，这种归属感和依赖感固然是非常重要，但它毕竟不能够长久地成为我们回归的对象和依赖的对象，因为世间的家、世间的父母毕竟有时候会离散、会分手。我们每个人要真正使我们的的心灵宁静下来，使我们的身命安顿下来，使我们没有一种失落感，那必须要找到我们真正的家，真正的皈依处。

真正的家、真正的皈依处是什么呢？从根本上来讲就是我们每个人的自心。我们每个人能够找到我们的自心，能够明白我们的自心，那我们就有了真正的家、真正的皈依处。我们要怎样才能找到我们的家，怎样才能明白我们的心呢？那必须要有一个导师来指导我们，有一种方法来指导我们，有一些朋友、有一些善知识来帮助我们。这就是说在真正皈依自性三宝之前，首先必须要皈依外在的三宝。外在三宝就是佛教讲的住持三宝，也可以说是一种形象的东西，是一种客观的存在。好比说我们要皈依的外在的佛，那就是本师释迦牟尼佛，因为他在 2500 多年以前，修行证果，得道成佛，创立了佛教，为我们人类指明了找到自心的方法。这种方法就是佛的言教，那就是我们所要皈依的法。释迦牟尼佛已经圆寂涅槃了，他的法虽然还存在于世间，如果没有人来弘扬解说，佛法同样不会被世人所了解，那就要由住持佛法的僧人来弘扬，来引导大家进入佛法之门，进入寻找我们自心之门，这就是皈依僧。如果说不透过外在的皈依，要想找到自己的自性三宝，那是不可能的。

佛教非常强调皈依的传承，因为三皈依是从佛陀在世的时候就建立起来的仪规，然后经过佛陀的弟子，一代一代世世相传。这种传承本身就具备了种种不可思议的功德和功能，如果我们能够从某一个

僧人那里接受这种皈依，那么我们同样可以获得从佛陀开始一直传递下来的那种功德和功能。这种功德和功能对于我们每个人的修行来说是至关重要的，因为虽然我们每个人自己具备了无边的功德和无上的功能，但是不透过外在的诱发，没有找到一种开发自己智慧的方法，那么我们本身的潜能——潜在的功德和能量，也不可能发挥出来。所以从这个意义上来说，皈依是十分重要的。

今天虽然是一个结缘皈依，但是我也希望各位能够透过这个仪式，真正发起回归自己精神家园的信念，使自己在人生刚刚开始的时候，就能够有一个正确的抉择、正确的皈依处，这对于我们每个人今后的学习、工作和事业都有莫大的好处。

可能也有不少同学有这样那样的顾虑，比如说，我的生活比较散漫，皈依后能不能按照佛教的要求去生活？如果我们真正有这么一种考虑的话，我说这种考虑非常好，为什么呢？至少他不是草率从事，而是考虑到既然皈依了，我们就要按照佛教的一些基本精神来安排我们的生活。我想佛教的戒律，以及佛教的一些生活习惯，并没有什么特别不通人情的地方，特别是作为在家居士，我们在生活当中如果能够接受一定信条的约束，对我们每个人的成长来讲是十分必要的。因为我们每个人的生活都应该有一个尺度，尽管有的人担心皈依以后不能够遵守佛教的清规戒律，但是日常生活中我们也还是有一个尺度的。佛教的生活尺度和世俗人的生活尺度，特别是对在家教徒来讲，仅仅是在你原有的生活要求上稍微提升一点。把你的生活方向稍微纠正一下，你就可以获得佛法的受用。

比如说，我们平常说话比较随便，那么皈依以后，说话的时候可以检点一下，实际上这样做对于我们每个人来塑造自己的形象，来完善个人的修养，对于今后在社会上立身处事，都是非常必要的。还比如说有的人嗜好喝酒，如果我们能够接受佛教信条的约束，从今以后就把它戒掉，不但对你的身体健康有益处，退一步来讲也可以减轻你的经济负担。诸如此类的一些问题，只要我们真正有决心，有信心，都是很容易做到的。

作为年轻人来讲，可能比较关心感情生活方面的问题。我想佛教是一个非常通情达理的宗教，对于在家信徒它只要求感情专一。这非常好，对于我们的人生、家庭、事业都是有百利而无一害。有一个同学就一再地问我这个问题：他是不是陷入到感情生活里去了？我说这不要紧，应该说是正当的。因为在家居士的五戒仅仅是戒不正当的感情生活，正当的感情生活对于在家教徒来说是允许的。那么我们能够把感情专一了，能够过一种正当的感情生活，这本身是一种净化。因为彼此信任，互相尊重，彼此都承担义务，这种感情生活应该说是符合佛教的五戒精神的。既然符合佛教的五戒精神，那就是一种净化的感情生活。

还有关于吃荤吃素的问题。在佛教的五戒当中讲不杀生，并没有明确地说不杀生就是吃素。同时一些南传佛教国家从僧人到居士都是吃三净肉。所谓三净肉就是不见杀、不闻杀、不为己杀。那么我们信了佛以后，假设要遵守五戒，因为受家庭环境的影响，工作环境的制约，我们还不能吃素，即使我们自己有这个想法一时也难以做到，那就不妨等一等，等条件具备了，等真正有这个信心了，再来吃素也是可以的。佛教五戒的戒杀，主要是教我们不要故意去伤害人命，并且爱护一切动物的生命，这就是杀戒的根本精神。

从以上这些精神来看，受持三皈依五戒，应该说是我们每个人都能做到的事情。所以大家思想上不要有顾虑，不要怕受了三皈依以后对自己的生活约束太多。受了三皈依，不管受不受五戒，我都希望各位按照五戒的精神去生活。我们能够守一条就守一条；能守两条就守两条；能够完全守五条当然更好。其中不饮酒戒实际上包括一切麻醉品，酒仅仅是其中的一种，这条戒应该包括吸毒在内。如果我们能够遵守这条戒的话，对于我们事业的成功、家庭的美满、人生的幸福至关重要。

下面我们就正式举行三皈依的仪式。首先我们要忏悔，忏悔的意义，我们来打个比喻。我们的身体好像是一个茶杯，原来装了一些不干净的饮料，现在我们要重新装上干净的饮料，那么我们必须把原来不干净的东西全部倒出来，再把这个茶杯仔细地清洗一遍。忏悔就是清洗我们的身心，我们的身心清净了，就能够纳受三皈依。所以我们每个人在忏悔的时候，都要发起至诚心、殷重心。忏悔完了以后，大家都要有一种如释重负的感觉，这样我们就能够真正达到忏悔的目的。

### （忏悔仪式略）

三皈依要重复三遍。每人在听和自己说这三皈依的时候，要从内心发起一种观想，想到十方三宝具有无量无边的功德，三宝的功德又能够引发我们自身具足无量功德。我们在说第一遍的时候，就想到十方三宝的功德全部都发动起来，在虚空中，在自己的头顶上，如云如盖在加持我们每一个人。说第二遍的时候，就想到十方三宝的功德都聚集到自己的头顶上。说第三遍的时候，就想到这种功德从自己的顶门贯穿全身，自己的生命与三宝的功德融为一体。我们能够如是观想，就一定能够得到三皈依的受用。希望大家认真地观想，把一切妄想杂念都放下，就好像自己此刻是入定一样。把这三皈依受完了，你们再很好地体会一下，看看有些什么感觉。

### （三皈依仪式略）

关于“不皈依外道典籍”，这里要给大家作一点说明。所谓外道典籍，是指佛教以外的指导生命的学说。这些书可以看，但是不能皈依，好比道教的书、儒家的书，我们还是可以看，但是不皈依，就是不以它们作为我们生命的座标、生命的依止，作为参考可以。假设我们要把它们作为生命的座标、生命的依止，那么我们皈依三宝的这种功德就会失去，所以希望大家能够比较正确地来处理这个问题。

关于四弘誓愿，我们每一天做晚课的时候都要念到，只有在我们的生命目标上树立了这四种弘誓大愿，那我们才能够有真正的动力来推动我们的学习、工作和事业，也才能够使我们的生活具有目标和方向。不但是在今天接受皈依的时候要发这个愿，每一天都要发这个愿。四弘誓愿是每一个菩萨行者修行的起点，修行的最终目的，也是我们修行的整个过程，所以希望大家要非常认真地来发这个愿，使我们的整个心识和四弘誓愿密切地结合起来。这样我们在今后修行过程中，就会有一种功能来支持我们不断地精进，不断地向上，不断地取得进步。

三皈依仪式结束了，还有几句话跟各位说一下。我们不管是今天发起了信心受三皈依的也好，还是在这里结缘受三皈依的也好，只要是这一次来这里参加了夏令营，那么我们就是和佛、和佛教结了缘。我们真正有信心受三皈依的，就是真正的三宝弟子，是三宝弟子就要时时刻刻以自己的言行来光显三宝。

这几天讲法的时候，有不少同学提出了很多问题，其中有一个问题就是说世人总是把佛教看成是消极的、迷信的，对国家、对社会、对家庭好像没什么用处。实际上这是由两方面的原因造成的，我作为一个僧人首先从自己检查，我们佛教界本身，一个是宣传做得不够，一个是我们用自己的言行来光显三宝的功德做得不够，所以造成世人的种种误解。另外一方面的原因，就是我们国家从佛教传入以后，就有时候明显、有时候不那么明显地存在反佛的潮流。如果没有这种反佛的潮流的话，历史上的“三武一宗”四大法难就不会出现。佛教的思想和儒道的思想有融合的一面，也有相互冲突的一面，所以就造成了这种反佛的潮流。到了现在这种形势更是有所发展，对于佛教有种种的歪曲，有时候甚至是诬蔑，在社会中造成了种种的误导，所以很多人觉得佛教是没处处的。

今天我们与佛有缘，与佛结了缘，那么我们就尽自己的能力，以自己作为一个三宝弟子也好，一个与佛有缘的人也好，就要以自身的行为来破除人们对佛教的种种误解。这种误解一方面要靠语言的说明和宣传，更重要的是要靠我们每个人的实际行动来体现一个佛教徒的面貌。我们说佛教很积极、很伟大，佛教关心人、关心社会、关心国家，但是我们做得不怎么样，那你的宣传、你的说明就不会起什么作用。所以我们希望每一个佛弟子都要以自己的言行来光显三宝，千万不能够因为自己的言行不检点而玷污了佛教。这样才能真正在我们佛弟子的身上看到佛教思想的光芒，看到佛教积极的作用。这样我们就能够真正使佛日增辉，法轮常转。

\*\*\*\*\*

【录自：《禅》杂志】