

# 歸依

B.艾倫·華勒士 (B. Alan Wallace) 香光莊嚴雜誌編譯群 譯 釋見廣 審訂

修學佛法、邁向解脫大道的入門是歸敬三寶——歸依佛、歸依法（佛陀的教法）及歸依僧（修行的團體）。歸依就是我們願意真誠投入修行的承諾，並信賴為我們指出這條道路的佛陀。但這並不表示，沒有歸依就不能從事某些修行。即使是信仰其他宗教或思想觀念不同的人，也可以學習佛教的眾多法門。然而如果要不斷地在修行上有所進展，信任和承諾的投入是必要的基礎。

尋求歸依，似乎是個陌生的概念，如果我們不曾認識到自己平常在各方面已經皈依了多少事物。我們依靠、信賴其他人和機構，將我們的信心寄託在他們的身上。大部分的人歸依銀行，委任銀行保管儲蓄；生病的時候，我們歸依醫生；我們歸依政府，冀望政府保護我們的家園；我們也歸依小孩，教育他們以養兒防老……。

那麼，佛、法、僧三寶，為何值得我們歸依呢？

首先，諸佛不僅如同阿羅漢一般，免除了心靈偏差扭曲的磨難，而且也不會遭受到更細微的無明煩惱。佛陀從不會感到畏懼或自覺身處險境，並能以善巧方便帶領人們通往自由的解脫大道。祂對眾生都懷抱著慈悲大愛，一視同仁地傳法給每個人。不管我們曾經如何對待佛陀，他總是毫無分別，以平等的愛關懷眾生。

今日佛教徒信仰歸敬的佛法，即傳承自歷史上的釋迦牟尼佛。

「法」可就兩方面來理解：一是指精神上的實踐與體悟；一是指如

何達到體證法的義理教導。

僧伽的產生則是為了實踐佛陀所說的法。嚴格說來，僧伽僅指那些已超越了概念，親證究竟真理的修行者。若廣義來說，僧伽泛指修習佛法的社群。當我們在修道路上前進時，同參道友往往能夠給予我們極大的幫助，他們之中有許多是比我們更加精進有成的，即使是和我們程度相當的人也會有不凡的洞見，這些都可以與我們分享。他們提供我們經驗上的指引，且扮演了實踐佛法活生生的範例。因此，他們成為我們心靈鼓舞的源頭之一，在這些人們身上，我們得以親見修鍊心智實際的益處。

我們可以透過一個藏傳佛教常見的比喻，來理解歸依佛、法、僧三寶。皈依就像是一個飽受疾病折磨的人尋求幫助。佛好比是醫生，法是藥方及療法，僧則像是照料病人的護士。佛陀的主要任務是宣說佛法，而僧眾的工作是協助我們修學佛法，佛法則是三寶之中人們最直接的依靠。

我們要如何才能歸依三寶呢？如果我們認識到我們自身尋求庇護的需求，願意將自己交付給佛、法、僧，我們便是歸依了三寶，成為佛教徒的一員。我們可以藉由參加法師主持的歸依儀式來慶祝這一步，但儀式本身並非是必要的。如果我們沒有發自內心地歸依，相對來說，外在的儀式便也顯得不那麼重要了。☸

【編者按】本文摘譯自簡·史密斯（Jean Smith）編輯的《心輪》（*Radiant Mind — Essential Buddhist Teachings and Texts*）。本書由Riverhead Books出版社出版。文中部分標題為編者所加。