

言，胎卵濕化；就趣報言，遍五道中。）然即其苦受情狀觀之，不外饑餓苦、互食苦、鞭打苦、負重苦及殺害等苦，時時作此觀想，則從冥入冥之懼心不得不生，此亦觀苦回頭之一方便也。以上四種，為作惡趣觀者四條件，此亦修下士法所不可忽視者。

頌云：地獄寒熱苦無間

餓鬼腹饑頭火燃

畜生互食打殺苦

自無主宰隨業牽

寅、皈三寶

三寶即佛法僧。前已作無常及惡趣觀，則對於無常及惡趣，生一種厭心，自對於三寶，生一種欣心，對於無常及惡趣，生一種捨心，自對於三寶生一種取心，欣厭取捨，雖似分別，而在下士修法中，實為必要，否則悠悠蕩蕩，空度時日，幾同麻木矣。此項大概可分為四：

甲、決定 除三寶外，無人無法，可作究竟之皈依。

決定者，言對於三寶之皈依，發生一種決定心也。在凡夫地位，開口講自立，講自由，明明一種增上緣，反斥為依賴，此種欺人之談，我慢的餘留耳。苟悟吾人當有最尊重最寶貴之信賴，方能仗此救援力，超出生命覆盆之外，得到解脫，當然對三寶生信仰心，不過不經審察，或猶豫中變，有退墮之虞。故欲心中決定，須從兩方面觀察之：

一、人的方面觀察，至親者莫如父母，父母愛子心，雖不亞於佛的慈悲，然無佛的不思議的方便法門，此無可如何者也。至尊者莫如國王，國王雖有大權，至死魔來逼，自己猶不能營救，又焉能了人的生死，此又無可如何者也。下此者若兄弟妻子朋友，更不待言矣。此就人一方面觀察，除三寶外，無可作究竟皈依，有斷然者。

二、法的方面觀察：外道學說，亦謂所說為涅槃，因由之可作得涅槃果，然非不徹底，即屬錯誤，甚至從其道墮坑落塹者有之，此絕對不可皈依者也。其他宗教，或教人行善去惡，藉以脫離苦海，推其結果，不過得到天乘而止，福報一盡，依然墮落，

視為佛法五乘中之一部分則可，欲作究竟皈依則不可也。此就法一方面觀察，除三寶外又無可作究竟皈依，有斷然者。經此兩番觀察，皈依三寶之心，自不得不決定，決定之心既生，防護之，增長之，不惟不致退墮，且可養成一種正信。

乙、信樂 知三寶有實德能，堪作究竟解脫自他苦縛之歸救處。

信者信仰，樂者意樂，謂於諸法實事理中，深信其為實有，而隨順忍可。復於三寶真淨德中，深信而生喜樂。又於一切世出世善，深信其有力，能得樂果，能成聖道，而起希望之欲。既對於實德能三者，發生信樂心，當然信三寶為堪作解脫自己苦縛之歸救處，及解脫他人苦縛之歸救處。此信樂心，即十一善心所中第一善心所，所謂「信為道源功德母」者是也。

丙、受皈 受皈之法準上二義，無諂誑驕慢，下坐從師受得。（千里內無僧，得佛前受，後遇僧時，即速補受。）

諂誑，謂假相。驕慢，謂不尊師。從師受，謂稱己名，三白羯摩等。以上決定、

信樂、受皈三項，總括之有半頌。

頌云：決定信樂皈三寶 無諂誑驕從師受

丁、行持

受皈之後，繼以行持，此最重要，即所謂「依教奉行」是也。大概分二：
一、別學 又分為二：

(一)、應止者 有三：1、永不皈依天神外道。2、不惱害一切眾生。3、不與外道共住。

此三能壞皈依體，故應止。

頌云：不歸天神外道等 不惱不害於眾生

不與外道人共住 違此三法失皈依

(二)、應持者 有三：1、永皈依於如來。2、永皈依於正法。3、永皈依於僧眾。
1、2、3即三寶，永皈依，謂直至菩提永皈依，故應持。

頌云：歸敬如來是我師 歸敬正法證教體

現前僧眾四果等 直至菩提永皈依

二、共學 共學對別學而言分六：

(一)、常念三寶殊勝功德。

如對三寶中佛寶，常念佛如醫王，及三智十力，並智斷悲等各功德。對三寶中法寶，常念法如妙藥，並三藏十二部顯密性相或教或證之功德。對三寶中僧寶，常念僧寶如病者之看護，並住持三寶等之功德。此處有宜注意者，即念三寶時，不可稍加雜念，一加雜念，他生便有障礙。

(二)、報三寶恩故，凡諸受用，先當以事、以意恭敬供養。

報四種恩中有報三寶恩，既知恩報恩當然應供養，供養有二：一、以事供養。二、以意供養。前者謂種種供品，後者謂觀想，然皆當以恭敬心行之，是為至要。總之兩種供養中，事的供養不易滿願，意的供養易得十波羅密。於此有一問題，或謂事的供養是實在的，意的供養，是假想的，何以假想的供養，反得到十波羅密？答曰：不知汝所說事的供養是實在的，亦可說是假想的，何以故？萬法唯識，同為心所變現故。

(三)、發四宏願，晨夕各作三次。

四宏願即：1、眾生無邊誓願度。2、煩惱無盡誓願斷。3、法門無量誓願學。4、佛道無上誓願成。此四願晨夕各作三次，即每日六次也。

(四)、凡有興作，或有所求，皆先呈白現前三寶（除世間常事）。

除世間常事外，如一、有興作。二、有所求。必須先呈白現前三寶，藉以抉擇。如西藏僧人修護法天女法而卜卦，即其一例。大概西藏風俗，持戒精嚴的大德，往往不藉卜卦以決當行與否，但以戒律為標準，合乎戒律者當行，不合戒律者不當行，此一類也。神通具足的大德，其事之如何，藉神通力本可預知，但不欲以神通示人，藉卜卦以判斷其事，此又一類也。普通則卜卦之風盛行，此即皈依三寶誠心所表現，故必須呈白，此乃共學中行持之一種，與流俗卜卦以占吉凶，徒懷求福免禍心理者不同。

(五)、了知三寶利樂，晨夕各作三次皈依。

利樂，謂三寶加持眾生的利樂，晨夕各作三次皈依，即每日作皈依六次也。

(六)、守護三寶，如人愛命，雖游觀等時，亦不失念。

失念為八大隨煩惱之一，失念者失其守護三寶之正念也。游觀等時，為最易疏忽之時，亦即容易失念之時，於此而不失念，可謂善於守護矣，如人愛命，正喻守護心之至誠。

以上六種，共學中所應行持者。

頌云：常念三寶勝功德 恩德無邊應供養

於諸眾生發宏願 凡所興求白三寶

晨夕三次作皈依 守護歸戒如愛命

卯、明業果

業果者，即由業力所感之果報也。惑業苦三如惡叉聚（惡叉聚樹名，子必三顆同蒂，喻惑業苦三，同時具足。）惑即因，業即增上緣，苦即苦報。有是因，有是緣，必感是果，絲毫不能紊亂，亦絲毫不能避免。人苟能深明業果的道理，不必政法的干涉，自然能自己管束自己而已，而不致有不正之行為矣。故下士修法明業果一項，尤為重要也。約分為四：