

II. 本尊天眾：

寂靜、貪欲、忿怒等種種諸相的色身示現，須了知是法身從法界之中，隨機應化出本尊天眾而為二種成就之主。

c. 空行護法：

應了知是由發願與力勢圓滿而成，擁有祛除違緣、成辦順緣、事業無所障礙等功德。

d. 秘密皈依處根本上師：

如同之前所說，從自己的立場而言，是為諸佛之化身，一切正法之來源，所有僧伽之共主，一切本尊之顯現及所有空行護法之主。應該如是理解，具備諸佛總集之功德，如是即為了知三稀勝、三根本與上師…等之功德。

二、了知優越：

如是將三稀勝、三根本、具恩根本上師等眾，各自的優越、皈依的必要、救護的方式等…皆須善加理解。若以外皈依處三稀勝而言，較於世間其他的導師，圓滿佛更加超越的情況；較於邪道，善道正法殊勝優越的景況；較於曆算、苯教等外道諸團體，僧伽殊勝優越的情況，對此種種善加理解（而生起）深切信心。

了知噶舉的善妙上師眾，較於其他諸士夫，（其）悲心、加持、身、語、意之功德殊勝優越；本尊諸天眾較於其他世間諸神，（其）三身之功德、利他力與事業等更加殊勝優越；空行護法眾較於一般無形鬼神眾，（其）力量、勢用、威猛等更加殊勝優越的信心。

如同此前所一再宣說，以自己而言，較於所有皈依處，具恩上師的悲心、加持、恩惠更為巨大故，應理解比起任何其他皈依處來得更加殊勝優越的理由，而於心中深信後，如是深信、決定信解若能堅固，即是理解其殊勝。

三、承許：

因為如是理解功德，對於三稀勝、三根本以及具恩上師，在任何時中以信心求取皈依一事，立下自我決定的誓言。

四、不再尋求其他依處：

如同前述，不再尋求除了三寶與三根本之外其他的人或非人之皈依處，雖僅剎那亦無二心於其他依處。如是對於求取皈依的程度，應該明白了知功德、了知優越、承許、不再尋求其他依處這四項的重要性，且融入覺受；只要未能融入實際修持，雖然看來貌似進行皈依，其實並不能算是確實皈依。倘若不具備了知功德、了知優越，雖有信心也僅是迷信而不足以成為確實的信心；倘若不具備承許、不再尋求其他依處，雖已皈依，然而除了二心、搖擺不定之外，難以下定決心。因此應反其道而行，以了知功德、了知優越生起深信、決定信解之信心；以承許、不再尋求其他依處，令自心無所懷疑且一心專注地不動搖，甚為重要。

庚、 皈依之利益：

阿底峽尊者總集八項而說：

- 一、 進入佛門行列
- 二、 成為一切戒相之依

- 三、 非人無可侵害
- 四、 能令所造諸罪微弱而耗盡
- 五、 能令相續中的福德資糧廣為增長
- 六、 命終後不致墮於惡趣
- 七、 能於相續中生起殊勝道
- 八、 於無上菩提成佛

一、 進入佛門行列：

總體而言，雖然在外道與佛教有多種區分的差異之說，主要是若能皈依三稀勝且承許經教之手印者，即是佛教徒，反之則認定為外道徒。

教云：「自在等執為神外教徒，非究竟依無可度有海；三稀勝乃諸戒之根本，解脫輪迴苦痛之大船。」

經云即使是精通於諸明的大學者，倘若未曾皈依三稀勝，依然不得入於佛門團體；即使是愚笨不識一字的放牧牛羊者，倘若皈依三稀勝，即得入於佛門團體。成為人天眾之供養處、一切善品種子悉於相續中廣增如日月；更進一步的說，因為行持於如此殊勝的皈依，必將成菩提薩埵並得入於大乘之行列。

二、 成為一切戒相之依：

經云三種戒相的基礎，藉著皈依才得以生起—藉著共同皈依，才得以在相續中生起別解脫的戒相；藉著特別皈依，才得以在相續中生起菩薩之願行戒相；藉著無上特別皈依，才得以在相續中生起持明密咒之戒相。即使以專屬於畜牲的龍族相續中生起的近住戒而言，未曾皈依者則不得生起。《俱舍論》：「近住雖眾皆可得，未曾皈依則不得。」以上說明所有粗細戒相之依，是乃皈依且為一切之基礎。

三、 非人無可侵擾損害：

經云我等若能將心完全託付三稀勝而皈依，非人將無可侵害，千萬億的閻羅部眾亦是無可撼動。更能因進行殊勝皈依，行走時成為大士夫，即使站立亦是為大士夫。不但不成為傷害，反而成為一切人與非人的頂禮與供養處。舉例而言，過去在印度東方的嘎瑪汝，其北方有地名為朗嘎霸爾大爾，彼地有一夜又名喚阿朗巴拉，每天都要帶走一人而食啖，某日，輪到了一位老邁衰頹必須拄著拐杖、全身顫抖且失明的優婆夷，名叫安樂的婆羅門女，夜叉來到她的跟前時，優婆夷正唸誦著三寶皈依文，夜叉眼前只見一團火焰而無法吞食。

復有一晚年出家的愚人，住處遭竊賊侵入，老僧人將其擒伏後，以棍子配合三皈依文擊打三下後釋放，竊賊因此對佛生起信心。之後佇足在橋邊唸誦皈依文，而令非人諸眾無可通行，非人因此問曰：「你懂些什麼？」答以：「懂皈依。」藉此竊賊與鬼眾皆生起信心，竊賊此後出家為僧，鬼眾因為唸誦皈依而悉數投生天界。

在西藏中部的北邊山崖上，安住著一位已有明視覺受的修行者。某時有一長者因為牛隻走失而孤身前往尋找，卻遍尋不得，稍晚在靠近修行者住處旁的山洞中過夜，彼處有一極為威猛的凶妖，專對眾人做出侵擾傷害之事，卻於當晚對長者繞轉而行。這一情況被修行者所見，他思忖此人必有極大功德而前往詢問：「你有什麼樣的功德呢？」「什麼功德也沒有，只是個凡夫俗子。」「那你昨晚做了些什麼呢？」「過去曾向某位阿闍黎求取皈依，因為孤身一人睡覺感到害怕，而多加唸誦皈依文罷了！」

即是如此，鬼神的怖畏皆能因皈依而得救護；也不僅是救護而已，將因此成為頂禮供養之處，所以當我等遭遇鬼魔等等恐懼，或是前往具傷害之地時，若能進行皈依將甚完善。同樣地，對於所有災祟、晦難、障礙，倘若能夠以全心託付對三寶祈誦皈依文，亦甚完善，將可不受侵犯，迴遮此生逆緣障礙之最，乃是皈依。

救護人為傷害的前例：過去在西藏中部拉吳切一帶，有一老二少的出家人外出，老僧人邊唸皈依偈而行走，兩位少年僧則是邊走邊聊天。三人在山上遭遇搶劫，強盜放過老者說：「這位是學佛人，其他兩個跟在家人沒兩樣。」遂加以拳打腳踢搶奪而去。像這樣的故事不勝枚舉，若能唸誦皈依，即使是人為的傷害，亦能救護。

四、 能令所造諸罪微弱而耗盡：

若能對三寶確實的以決定託付之心，全神貫注地唸誦皈依偈，在此中四力完全具足，一切罪障將如火燒羽毛般的清淨，經云是為淨障法中之最勝。如同過去在印度有一上座比丘觸犯第一根本戒，此後完全致力於唸誦皈依偈而將罪業清淨，最終得以往生天界。經云皈依之優勝，不但能夠淨化自身的罪業，有所關連的罪障亦能將其淨化。

五、 能令相續中的福德資糧廣為增長：

對於三稀勝的信心，即使僅一剎那或於心中憶念、或是僅見身像、亦或僅唸佛號的利益，經云也是不可思議，能成「輪迴邊際者」。倘若如此，能心意確定而求取皈依者，每天在相續中福德資糧亦增長等同虛空。《無死鼓音王經》：「佛之功德不可思，正妙法亦不可思；大聖僧伽不可思，於不可思起信故；異熟亦不可思議，願能生於清淨剎。」依止於三寶者，在現世果報中亦能在一生中遠離內外諸傷害，蒙獲對教法歡喜的諸神守護，心中所思皆得如願，廣瑞善祥之喜悅熾燃。舉例而言，過去有位陶匠之子名為作相童，所思不得如願，衣食窮困，眾人不喜且受欺侮，此等苦痛令其極為憂傷而暗自思忖：「究竟該怎麼做才能獲得福德？」當他聽聞佛陀已降臨世間，即知有法可解。來至佛陀座前，祈請：「薄伽梵！我不具福德且極貧困，祈從此苦救護。」

佛曰：「作相汝應皈依三稀勝！」此後，作相全然致力於唸誦皈依偈，在下半生獲得眾多寶庫與糧倉，成為財富廣大者。不但每天供養佛陀暨諸眷屬法衣與毯子各三件，且備午齋令眾歡喜，並以飲食滿足貧困諸眾，在這廣大的供施之後，得遇深寂教法。另外，經云念誦此優勝皈依偈，不但廣增自身福德，亦能增加他人福德。

六、 命終後不致墮於惡趣：

經云在自己臨終時，若能在心中憶念三稀勝且誦念皈依偈而逝，即使是造下五無間業的大罪人，在來世亦得不墮輪迴惡趣而生於善趣中。比方說，在自己或親屬等眾於臨命終時，擺放右脅著地的獅子臥姿後，無論是否懂得皈依，教導「皈依佛、皈依法、皈依僧」這三偈，令自己或即將命終之人唸誦，抑或在心中憶起三稀勝，令他人在耳邊得聞三稀勝之皈依三偈。若能在此狀態當中離世，經云當得往生善趣。我等當將此事牢記於心，無論是自己未曾習法的親戚或是其他從未習法的造罪者，在臨終時若能唸誦甚是善好。投生一、兩次後，即能仰仗三寶悲心從惡趣中解脫。

揚袞巴尊者：「遷識、大手印等，若於之前即熟習當然深奧，否則若未修習，臨終時不成要訣；當下對於自他皆成要訣者，以皈依最為深奧。生起皈依之因，乃是恐懼與信心，這兩者會在臨終時出現，因此是為具足性相皈依。」是以眾人皆應銘記。

過去在三十三天的天界中，有位名喚摩尼無垢的天子，是一切親王之尊，也是諸位天子、天女之供養處，由於欲樂享用甚大，百年間亦不知是如何流逝，某時衰相全然具足，當以神通觀察，了知過去世的善業與福德已盡，此生又完全沉迷於現世欲樂，毫無來世所需的善業福德之故，將投生於印度淡黃城的大沼澤中成為豬隻後，心中甚為苦痛，而向天神之王帝釋求救，帝釋回覆：「我無法救護，汝應向佛陀薄伽梵求救。」彼即以神通往詣薄伽梵前，祈佛救護來世痛苦。佛曰：「天子，皈依三稀勝兮！」此後摩尼無垢專注祈誦，來世得以生為梵天之王。帝釋天王以神通觀察天子投生於何處，卻百尋不得而請示於薄伽梵，佛曰：「釋桓提因，往上方觀兮！」帝釋以佛威神親見天子成為梵天王，而對三稀勝與皈依生起特別信心，說偈讚誦皈依：「諸凡皈依於佛陀，彼皆不墮於惡趣；捨棄天神之身已，復得生於天神身。」同樣的，讚誦於法及僧：「諸凡皈依於正法，彼皆不墮於惡趣；捨棄天神之身已，復得生於天神身。諸凡皈依於僧伽，彼皆不墮於惡趣；捨棄天神之身已，復得生於天神身。」此偈記載於《亥母讚頌品》。由此可知，如此殊勝的皈依，不僅能令自我不墮惡趣，亦能救護他人不往惡趣。

七、 能於相續中生起殊勝道：

經云秉持深信且不退轉而專注誦唸的皈依，能將世間與出世間的諸功德，未生起者令其生起，已生起者得以堅定且廣起作用，藉此速能滅盡輪迴。比方說，當年薄伽梵為了調伏羅剎王楞嚒十喉等一以肉為食、以血為飲，貪欲、瞋怒、愚痴、嫉妒、我慢五毒甚為熾盛之世間傲慢凶暴諸眾，前往楞嚒布惹之地，給予皈依三稀勝之法教，彼眾有些證得阿羅漢、有些得清淨法眼、有些則得無生法忍矣。

八、 成佛於無上菩提：

現今誦唸因位皈依，得臻究竟則是成就果位皈依，得證無上救護果位，自身亦成善妙皈依處。皈依於佛，究竟之故，自身現證圓滿正覺；皈依於法，究竟之故，恆無間斷大轉法輪於十方；皈依於僧，究竟之故，具足學處調柔眾—比丘僧與菩薩僧無量眷屬。以自身如是成就之力，直至輪迴空盡之間，三稀勝之眷屬，將成熟解脫等同虛空一切有情。即如教敕所云：「十方一切諸佛尊，三世普行皈依故；殊勝菩提樹座下，伏魔眾已現證佛。」

以上即是簡略闡明皈依的利益，其他諸義總結亦復如是，雖然譬喻、傳記、記載多過於此，在此並非一一宣講，僅是總結而未廣說。無論如何，我等入於佛教之法門已，出家諸眾雖為諸戒之依，此外，所有在家男女，若能如是皈依於三寶，在今後諸生諸世皆得完善，直至死亡前，於平常不應或忘而盡己之能地實行，是乃要點且甚為緊要。

辛、 順帶闡明頂禮差異的區別：

此中兩種外相的講解，首先頂禮差異的區別。若要廣為講解頂禮的區別與利益，雖在經、律、新舊密咒、教敕、伏藏中所說，甚為眾多已達無量，此次無法多做宣講，僅是總結而說。頂禮雖有多種區別，較為著名有三種：

一、五種壇城禮：

頭部額頭壇城、手部雙掌壇城、膝蓋雙腿壇城，稱為身體五壇城或五處，碰觸地面而頂禮，即是現今我等所頂禮的方式。

二、 彎膝觸碰禮：