

20230711 《靜思妙蓮華》修四安樂 夢感妙相（第 1455 集）（法華經·安樂行品第十四）

- ◎謂諸眾生既聞甚深微妙法已，又能起正信心，思惟其義依教修行，甚為希有，是為世間難得之寶故，所聞之法應常能憶持。
- ◎〈安樂行品〉說成四安樂行人，夢中感五種好相：一、見佛為眾說法，二、見己為眾說法，三、見己由佛授記，四、見修菩薩之道，五、見己八相成道。
- ◎「國土嚴淨，廣大無比。亦有四眾，合掌聽法。」《法華經 安樂行品第十四》
「又見自身，在山林中，修習善法，證諸實相，深入禪定，見十方佛。」《法華經 安樂行品第十四》
- ◎「諸佛身金色，百福相莊嚴，聞法為人說，常有是好夢。」《法華經 安樂行品第十四》
- ◎此頌身心精潔無垢，寂靜清澄，修行見佛。從見諸如來乃至十方佛，及靜思慮諸法妙事。今此結示所夢五十位事。
- ◎菩薩由凡夫到成佛，一共要經過五十二個階位，即十信、十住、十行、十迴向、十地、等覺、妙覺。
- ◎諸佛身金色，百福相莊嚴：見諸佛身作紫金色，百福相好，以為莊嚴。
- ◎聞法為人說：從佛得聞微妙之法，自見其身為他演說。
- ◎常有是好夢：若人修此安樂行者，常有如是善好美夢。前云：若於夢中但見妙事。
- ◎「又夢作國王，捨宮殿眷屬，及上妙五欲，行詣於道場。在菩提樹下，而處師子座，求道過七日，得諸佛之智。」《法華經 安樂行品第十四》
- ◎頌夢中八相成道之相。又夢下，歷見修進成佛始終之行。
- ◎諸佛之果，由行以致。安樂行人，先見其相，克果必矣。
- ◎「又夢作國王，捨宮殿眷屬，及上妙五欲，行詣於道場。在菩提樹下，而處師子座，求道過七日，得諸佛之智。」
- ◎夢作國王：即降兜率、託陰、降生、三相。捨宮殿五欲：詣道樹等，即出家之相。
- ◎行詣於道場，在菩提樹下，而處師子座：行至道場，樹下安座。修聖道也。
- ◎求道過七日，得諸佛之智：求道七日，得佛智慧。證妙果也。

【證嚴上人開示】

謂諸眾生既聞甚深微妙法已，又能起正信心，思惟其義依教修行，甚

為希有，是為世間難得之寶故，所聞之法應常能憶持。

謂諸眾生
既聞甚深微妙法已
又能起正信心
思惟其義依教修行
甚為希有
是為世間
難得之寶故
所聞之法
應常能憶持

也就是要告訴大家，「諸眾生既聞甚深微妙法」，之後，「又能起正信心」。我們大家聽法，聽了之後，那就是要法入心；法入心了，同時我們要生起正信的心。這是佛陀說法，最期待眾生能夠接近佛法，能夠用心聽法，法聽入心，也能夠起正信的心。聽法我們若沒有起信心，聽也沒有用，所以「信」是很重要。但是「信」若不正確，一念偏差，差毫釐就是失千里。所以佛法難遭遇，真是微妙的法，我們要從起信心，而且正確的觀念來接受佛法，這種正信心很重要。有了正信心，就能夠思惟，思惟法裡面的內容。我們若沒有正信心，法聽了就過去了，只是聲音經耳就漏掉了，有聽、沒有聽不是一樣嗎？所以聽法要聽入心，要經過了思惟；靜思惟，好好心靜下來，來分析、來思考，我們所聽的法裡面的道理。若能夠這樣，就能夠「依教修行」。身體力行，才是真能體會佛法的道理，道理是要讓我們應用在生活中，人、事、物，所以我們一定要去體會，道理和事相才能夠會合。

所以，修行是「甚為稀有」，將法用在生活中，這是一件很快樂、很微妙的事情。若沒有身體力行，無法體會到法，也感受不到；你要感受到法，必定要用在日常生活中，而日常的生活必定在思惟中，將這個法真正用心去思惟，才能夠在日常生活中，這樣將它會合起來。那個事理會合而圓融，那就是很快樂的事情，所以「是謂世間難得之寶」。這就是法，難得、很難得，能夠有這樣的生活，生活中有法，法用在生活中，這樣的人真的是很難得。這就是「真修行者」，心有所得的法，所以每天都會很快樂。「所聞之法應常(能)憶持」。因為這樣，我們聽到的法，我們要好好記憶著，好好用在生活中，這叫做「憶持」；要記憶、要用，用在生活中。

所以，我們在《法華經》的，〈安樂行品〉，那就是在我們這一品，全

品就是要叫我們修行，要修得安樂，心和法能夠體會，避開了許多粗重的煩惱；我們要體會，能夠用在很微細的法。法是很微細，甚深微妙法是很微細，我們日常生活，有很多粗重的煩惱，這些煩惱，把我壓得讓我心很難過，粗重的煩惱讓我透不過氣來，我們常常都會有這樣的感覺。真的，煩惱是很粗、很重啊！佛法是甚深微妙，這個「甚深微妙」若能夠體會，入在生活中，自然那個粗重煩惱就化解掉了，這就是〈安樂行品〉，所在教育我們的，所以要用法。

「說成四安樂行」。我們若能夠四安樂行，行在日常生活，就是身、口、意、誓願。日常生活不離開我們的身體，我們的身體就是在生活中；生活中我們要做事情，待人接物，種種的事情就是要身體去力行。在待人，少不了用口，和人說話，我們若是時時心有入在法中，說話自然就會很得法，所說的就是能夠啟發人心，不會去造口業。因為我們的口中，凡夫多數都是，妄言、綺語、兩舌、惡口，無不都是在造口業。修行，我們口就是要度人、要說好話、要讀誦經典等等，全都是為己、為人。這就是我們要好好用的，「口的四大」，我們要好好將它節制好，身體的行動要控制好。

尤其是心意，起心動念，凡夫心，難免外面的境界來，很煩惱，身心交瘁，煩啊！很多。就要用心去體會法，儘管很煩，也要用心化解，這就是「意」，心意。心意中有法，自然不論是口，或者是身的行為，過了之後自己稍微調整一下。不論是壓力有多大，煩惱有多粗重，總是心再自我調解一下，很快粗重的煩惱就過去了，法再拿來心，入我們的心再記憶一下，再回憶、再記得，法，用法來化解，就要再接再厲。不論是粗重的煩惱，應該做，再發願，這個弘誓願不會受到這些煩惱，來阻擋了我們的心，礙了、障礙我們的意。

所以，每一項有經過，有了粗重的煩惱境界，過去就好了，人間就是這麼多的困難，所以我要再精進，我為眾生還要再接再厲，這叫做「誓願」；這樣叫做「四安樂行」——身、口、意、誓願，這叫做「四安樂行」，大家應該要記得。面對著人間，難免會感覺很重，但是法若再入心，自然就輕安自在，就要有弘誓願。若能夠這樣，就「夢中感五種好相」。

〈安樂行品〉

說成四安樂行人

夢中感五種好相：

一、見佛為眾說法

二、見己為眾說法

三、見己由佛授記

四、見修菩薩之道

五、見己八相成道

我們前面在說「心」，白天若是法，不斷記憶在我們的心裡，自然晚上，也會有這樣很美的夢境。第一，「見佛為眾生說法」。雖然我們離佛，已經二千多年的事情，我們現在不曾見到佛，但是我們夢中也能夠看到佛；佛為大眾在說法，好像我們在法會中，在聽佛說法一樣。

第二，「見己為眾說法」。前面說過了，我們再將它記憶一下，佛為諸修行者，聲聞、緣覺、菩薩、大眾說法。我們也會夢見，夢見到天人、阿修羅，來聽我們說法，也能夠受恭敬，這都在夢中所見到的。

又第三，「見己由佛授記」。好像佛為我們授記了，我們讀過了〈授記品〉，也很羨慕與佛同世，得佛直接的教導，最後佛陀要親自為他們授記，我們也很羨慕啊！是不是我們也能夠得佛授記呢？事實離佛二千多年，不過在夢中，也能夠夢到佛親自為自己，為我們自己，夢中的人授記。

第四，是夢「修菩薩之道」。還是夢見我們在菩薩群中，或者是在靜處人中，我們在那個地方精進，在那裡修行，心心念念都是念菩薩之道。夢境也有這樣的心，因為白天的精進，晚上做這樣的夢。

第五，就是「見己八相成道」。也看到自己這樣修行，八相成道。這個八相成道，下面我們會解釋，真的是很微妙的境界。我們白天記憶在佛法裡；晚上，我們也能夠從佛法中，看到佛法境界的美的境。這雖然不是真實，但是這是意識的熏習。我們的意識，白天就是這樣一直想，這樣在記憶，不只是聽法入心了，我們在生活中也這樣在動作。我們的心版也是很深的思考，這種「日有所思，夜有所夢」，白天的記憶在法中，晚上的記憶就自然在道場中。

所以這是很簡單，也表示人間如夢如幻，環境在真實的人間煩惱很多。在晚上，就是將白天的生活若帶入夢境，就是同樣很多的煩惱，這些煩惱讓我們煩、讓我們苦，這個煩和苦的白天的生活，就帶入夢境去，惡夢很多。我們若是放輕鬆，將法入心，一切有為法就是如夢幻泡影，就是沒有了，有的就是無為法，真實法，空中妙有。放輕鬆的心態，將法用在生活中，放輕鬆的心態，雖然「有為法」很煩，但

是用「無為法」放鬆了，人生就是這樣，如夢幻泡影。在泡和影這當中，它也有，有那個真妙的法在裡面，所以「空中妙有」、「真空妙有」，這全都是在法之中感受得到，我們自然就帶入夢境去。這一切都是虛幻，不要去執著它，不過讓我們日夜輕安自在。這意思就是，放掉了這前一分鐘的煩惱，其他就都將它放鬆了，一直到睡眠中也是輕安，也是自在。這意義就是這樣而已，不要去執著。

前面的經文這樣說：「國土嚴淨，廣大無比。亦有四眾，合掌聽法。又見自身，在山林中，修習善法，證諸實相，深入禪定，見十方佛。」

國土嚴淨
廣大無比
亦有四眾
合掌聽法
《法華經 安樂行品第十四》

這還是在說夢境！夢中就是夢見，我們有這樣、這樣修行的過程，佛為我們授記，也有這樣「國土嚴淨，廣大無比」，也有這些聽法的人來聽法。又再見自身又在山林中修行，「修習善法」，又是「證諸實相，深入禪定，見十方佛」。

又見自身
在山林中
修習善法
證諸實相
深入禪定
見十方佛
《法華經 安樂行品第十四》

這種的境界都在夢中所夢，很美的境界，無不都是在夢中修行。接下來，這段經文又再這樣說：「諸佛身金色，百福相莊嚴，聞法為人說，常有是好夢。」

諸佛身金色
百福相莊嚴
聞法為人說
常有是好夢
《法華經 安樂行品第十四》

這裡就是這樣說，這段偈文就是在稱頌，我們的身心「精潔無垢」。修行，我們就要修到這樣，身和心要很精、無雜。我們的身，「觀身不淨」，我們常常每天、每天，我們都要有這樣的觀念，我們的身體真的是很不乾淨。所以，我們就是要修行，讓我們「戒」，戒得沒有垢穢。生理的不乾淨，這既來之，則安之，但是我們的身體行為，那就要好好修好，叫做防非止惡，這就是「戒」。不對的行為、不乾淨的動作，我們的身體絕對不能去作為到，自然就是身清淨。生理雖然還是不淨，但是我們的身體的行為，是乾淨的，我們的心也是很乾淨，沒有煩惱來染著了，所以叫做「身心精潔」。「精」就是沒有雜染，「潔」就是很淨潔，很乾淨、沒有垢穢，這樣我們的境界，自然「寂靜清澄」。

此頌身心精潔無垢
寂靜清澄
修行見佛
從見諸如來
乃至十方佛
及靜思慮諸法妙事
今此結示
所夢五十位事

這就是我們很希望的境界，就是「靜寂清澄」，必定要先「身心精潔無垢」，自然我們的境界就會靜寂清澄。用這樣來修行，「修行見佛」，自然我們身心清淨了，我們就有見佛的機會。雖然佛不在人間，自然夢境也會見到佛，這是表示我們的心，不論是在造作，或者是靜下來的時候，我們的身心不離佛。所以，「從見諸如來，乃至十方佛，及靜思慮諸法妙事」。

我們從那個經文，開始就是「見諸如來」，要廣說在夢中，已經見到很多如來，以及十方的諸佛，在夢境的裡面無不都是佛，有諸如來。

「諸」就是很多，「十方佛」呢？到處，周圍都是佛。這些諸佛，以及在場的修行者，全都是在「靜思慮諸法妙事」，大家都清淨，「身心精潔無垢」，人人都是在這種，寂靜清澄的境界在修行。「見諸如來，十方佛」，就是互相所見的無不都是佛，這是一個很微妙的境界。這個夢，已經前面說那麼多，那就是表示我們平時修行，就是已經接近在「五十二位」，「五十位」至「五十二位」。什麼叫做「五十二位」呢？過去也有說過了。菩薩，我們已經發大乘心了，我們從凡夫地要到成佛，總共要經歷五十二個階段。

菩薩由凡夫到成佛
一共要經過
五十二個階位
即十信、十住
十行、十迴向
十地、等覺、妙覺

「五十二位」，那就是「十信」，要先有信心，要經過了十種的信的考驗。信心既定了，我們要「十住」，這十個位置我們要住定了；這個過程我們要住定，要不然有信心，心不定下來就沒有用。所以，心住定下來，我們還要再身體力行，要經過十個階段，這種的身體力行。身體力行，修行的過程我們不是為了自己，就「十回向」，我們還為眾生回向，法歸於源。所以，有為法歸於無為法，這是「十回向」。登「十地」，我們一步一步向前的階段，這樣一步一步向上這樣登高了。這就是我們修行的過程，要從凡夫地步步階升、步步踏實，登上一步一步向前的階段，站在高的地方才能夠看到清楚的境界。這就是菩薩，要經歷的「五十位」，才能夠超越，「等覺」、「妙覺」的地步，那就是成佛，修行就是要這樣一段一段走。

到底我們的「十信位」，足夠了沒有？「十信位」若不夠，要說進入到「十住位」也難。所以我們凡事要從起頭要穩定。接下來說，「諸佛身金色，百福相莊嚴」。

諸佛身金色
百福相莊嚴：
見諸佛身作紫金色
百福相好
以為莊嚴

諸佛的身是金色，百福相莊嚴，這個夢境不是遠遠看佛而已，又能夠很接近佛，看到佛身是這樣發紫、發光、發金的顏色。所以，「百福相莊嚴」。「百福」過去也解釋過了，我們要很用心去記憶。

聞法為人說：
從佛得聞微妙之法
自見其身為他演說

「聞法為人說」。我們聽法了之後，我們還要再為人說法，聞法者、說法者、傳法者，我們應該要好好聽，聽好，我們要好好說，法就是要這樣不斷傳。法在生活中體驗出來，和大家分享生活中的法，這叫做「佛法不離世間法」。所以，從佛法的體悟，體悟在我們人間所感受，所造作、付出的心得，這也是一種的說法。所以，「聞法為人說」。這就是我們要從佛陀的教法，我們「從佛得聞」，我們今天才有這樣的法，傳在人間。我們現在的人間社會不同，和佛法的時代是不同，所以我們同樣的法，生態不同，我們用心如何聽，落實在這種不同的生態，要如何讓大家，能夠一樣用心來接受，這慧命成長在人人的生命。這就是我們要很用功的地方。所以，「自見其身為他演說」，我們也再看到，看到我們自己本身，在為大家說法，這夢境中也有這樣。

常有是好夢：
若人修此安樂行者
常有如是善好美夢
前云：
若於夢中但見妙事

所以，「常有是好夢：若人修此安樂行者，常有如是善好美夢」。我們若能夠常常這樣，心不離開法，心就是人人都是佛，不論什麼樣的種族，在我們的面前他們都是好人，在我們的面前他們都是未來佛，他們人人都是菩薩！而我們就是要將這樣的法，就是傳在人間，哪怕是做夢，我們也這樣在想，也是這樣在感受。所以，「修此安樂行者」，要如何去度眾生，度得很快樂、很歡喜？這樣的人，自然他常常「有如是善好美夢」。只要你有這樣的心，自然就有這樣夢的美景，好夢成真。但願我們的道心就要這樣繼續，白天、晚上繼續這個善念，同樣的道理。

所以，前面有一段文這樣說，「若於夢中但見妙事」。就是連做夢，所看到都是微妙的事情——見諸佛、如來、十方佛、諸菩薩等等，或者是我們自己也在修行，我們自己也是一樣，能夠得到這樣，為人說法，連夢境也是這樣。這不是要大家執著在夢，一直向大家叮嚀，這是法要告訴我們，讓我們的這個心念念皆是善法，這無間，叫做「無間修」、「無餘修」。我們要長時就是這樣修下去。要用恭敬心，這個恭敬的心，人人無不是佛，所以大家要很用心。

接下來這段經文再說：「又夢作國王，捨宮殿眷屬，及上妙五欲，行詣

於道場。在菩提樹下，而處師子座，求道過七日，得諸佛之智。」

又夢作國王
捨宮殿眷屬
及上妙五欲
行詣於道場
在菩提樹下
而處師子座
求道過七日
得諸佛之智

《法華經 安樂行品第十四》

又再夢，再一次再跟我們說夢境。

頌夢中
八相成道之相
又夢下
歷見修進成佛
始終之行

又再夢，就是夢中，有「八相成道」的境界，就是「歷見修進成佛，始終」。我們在修行，自己如何修行，過程一直到成佛的開始，和最終入涅槃，這諸佛的果報，成佛之後這個果報。前面是要一直修行，過去一直告訴大家，「六度萬行」，一直到了「因圓果滿」，那就是成佛了。

諸佛之果
由行以致
安樂行人
先見其相
克果必矣

所以，由行為，所以得到成佛的境界。「安樂行人，先見其相」。我們若有安樂行的人，就是入人群，心很歡喜，付出無所求又是很歡喜。這樣的人，事先就是見到這樣的相，自然我們照這樣一直修行，就是心不離佛，沒有離善，沒有離修行。「不離」就是無間，這樣在修，長期這樣在修，沒有空餘的時間不修行。就是這樣，用尊重道法這樣的心在修行，自然我們將來，慢慢就是靠近真實的人生，就是成佛了。

所以，「又夢作國王，捨宮殿眷屬，及上妙五欲」。

又夢作國王
捨宮殿眷屬
及上妙五欲：
雖為國王
一切棄捨
樂出家也

記得前面的經文也有一段，〈提婆達多品〉也是一段，這個國王貼告示，捨國王的王位，要取得能夠求法的精進。這故事也有說過了，是經文。這時候又再回復說，也是會夢到自己是做國王，國王的精進，捨去宮殿、捨去眷屬，「上妙五欲」。

夢作國王：
即降兜率
託陰、降生
三相
捨宮殿五欲
詣道樹等
即出家之相

就像這樣雖然做國王，一切都將它棄捨，很愛道、樂道，所以出家去了。所以，「夢作國王：即是降兜率、託胎」。「託胎」就是入胎、坐胎等等。然後捨皇宮的五欲，就是出家去修行，這就是在「八相」的裡面。所以，「行詣於道場，在菩薩樹下，而處師子座」。

行詣於道場
在菩提樹下
而處師子座：
行至道場
樹下安座
修聖道也

修行的過程，就是在這樣，菩提樹下去坐著，將心定下來。佛的故事大家都知道了，苦行之後，捨苦行，尼連禪河洗淨了身體。下定決心，坐在金剛座菩提樹下，這樣坐下來開始修行。在這個當中修聖道，所以出家修行，開始安靜這個心下來，將苦行捨掉，安靜心來修

行。「求道過七日，得諸佛之智」。

求道過七日
得諸佛之智：
求道七日
得佛智慧
證妙果也

在這當中，很細思，靜慮思惟，不斷不斷來思考，天地間法的道理。經過了七天，「得佛智慧」。「證妙果」。這就是我們要學佛的地方，在這個過程中，在苦行之後，捨掉然後修行，接受牧女的供養，恢復了體力，然後在那個地方連續七天當中，也有降魔的過程，心靈的煩惱很澎湃。在那個地方一段一段，那個內心有很多很多的矛盾，塵沙惑，就在這個地方忽然間湧現出來，很多的煩惱無明。

我們都將它形容是魔，魔就是煩惱，在我們的腦海中起浮，浮現了很多的境，境界來。這些境界也有來誘惑我們的心，也有來威脅我們的心，這種不論是軟硬的、粗重的，這個幻化，那個幻境不斷不斷浮現出來。在這種心將要靜下來之前，有很多很多不同的境界，不斷不斷一直出現出來。這就是有時候若在打坐，一不小心，很多虛幻的境界，不斷一直出現出來，一點點貪著，那就會走火入魔。這個境界若浮現，有時候浮現著很恐怖的境界，有時候會浮現著很美，就像夢境這樣的境界，虛幻、夢境，就像這樣的境界，就執著住了，覺得：哇！我若是這樣坐下來，就有這樣這麼多的境界，這是不是我已經得道了？有這麼輕安的美景，讓我的心很歡喜、很輕安，我很歡喜，所以我會常常要在那裡坐，坐久來，那個虛幻的聲音、虛幻的境界，你即使沒有在那裡坐也會聽到聲音，有人對他說話，或者是有人叫他去哪裡，由不得自己。這變成了精神錯亂，走火入魔，思想偏差了。

所以，常常說，我們是要將我們的心靜下來，靜下來我們是調息。曾對大家說過了，坐下來，我們將我們心的氣，用「數息」用算。這個氣從丹田如何起，慢慢地呼吸，讓它出去；出去到多遠，我們再呼吸進來，歸納丹田。像這樣的呼吸，算，從一到十，或者是要從一到百，都可以。這都是調我們的心，讓它心不要跑到別處去。我們有時候心亂跑，我們光是要算，坐下來要算到十，要算到三十，可能心就跑掉了。我們要如何讓心能夠專注，在我們的身上、呼吸裡，調我們的氣息？這就是靜下來，很多雜想都放下了，不要去想其他，只在我們的呼吸間來數息，這叫做「數息觀」。算數，算我們從一到十，或者

是一到百，那個數字隨便我們定的。在這當中，我們的心思都沒有偏掉，都沒有去想到其他，就是專注在那個數字。這個數息觀會比較安全。

不要想：哇！這段都是好的夢，我們是不是靜下來，來追求這樣靜的境界，有這樣的境界出來嗎？若有這樣的境界出來，要趕緊警惕。這不是在睡的夢，這是在打坐時，有這樣、這樣的境界浮現，這不是真實的境界，這是魔的境界，這是煩惱，我們的雜念浮現出來的境界。所以一直要讓我們知道，這種的境界，打坐不要去執著任何一個境界。打坐的過程中有什麼樣的境界出來，那都是虛幻，絕對不能去執著它，這才是我們真修行。

所以，佛在修行的過程，這七日間，也遇到很多很多煩惱浮現，這種無明的幻境不斷浮現，他就要去降伏，就是這些東西都不要理它，這些事情，都是不會污染到他的心。要用盡了這樣的功夫，這些東西沒有了，完全靜寂了，才那當中，剎那之間，他的心與天地宇宙萬物，會合在一起，這個境界「靜寂清澄」，清淨沒有污染，這種淨潔，精潔、清淨的心。這是大家修行過程，要好好自我警惕，要警惕好，不要放散掉，不要亂掉，這樣我們才不會讓我們的心，在修行的過程中，有什麼樣粗重的事情，來煩惱我們，才不會在這個修行的過程中，去讓它錯亂了。

我們要修得「四安樂行」——身、口、意、弘誓願。這是真實人生的生活的修行，不是虛渺無形的東西；我們所修的是要腳踏實地，這道的方向，實在去鋪的路，這就是我們人間修行，不要散失的道路。要時時多用心啊！

～證嚴法師講述於 2017 年 6 月 16 日～