

薰法安心
讀書會



薰法香心得

《靜思妙蓮華》修四安樂 夢感妙相
1455集-20170616開示

高明智(惟智)
2024年1月9日



【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

"teach it to others"

【法華經 安樂行品第十四】

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

"beneath the Bodhi tree and"

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

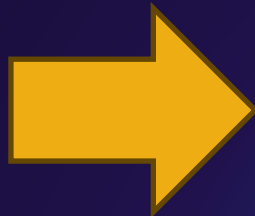
應常能憶持

"contemplate its meanings and"

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

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

正信法破夢境執著
真修行人間菩薩道



諸佛身金色
百福相莊嚴
聞法為人說
常有是好夢
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

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。

今日聞法心得

- ◆ 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。
- ◆ 身體力行，才是真能體會佛法的道理。
- ◆ 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。
- ◆ 那個事理會合而圓融，那就是很快樂的事情。
- ◆ 雖然有為法很煩，但是用無為法放鬆了。
- ◆ 有為法歸於無為法，這是「十回向」。

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，用在生活裡。

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，避開了很多粗重的煩惱；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。

〈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

3. Seeing themselves

〈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

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。

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。

【法華經 安樂行品第十四】

國土嚴淨

廣大無比

亦有四眾

合掌聽法

"will listen to the Dharma with palms joined"

【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

"realizing ultimate reality,"

【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

"teach it to others"

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

to tranquilly contemplating

菩薩由凡夫到成佛

一共要經過

五十二個階位

即十信、十位

十行、十回向

十地、等覺、妙覺

the Ten Practices, the Ten Dedications,

「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。

十信位
一信心
二念心
三精進心
四慧心
五定心
六不退心
七護法心
八回向心
九戒心
十願心

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

dignified with marks and characteristics

聞法為人說：

從佛得聞微妙之法

自見其身為他演說

the subtle and wondrous Dharma

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

dreams like these

【法華經 安樂行品第十四】

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

"beneath the Bodhi tree and"

頌夢中

八相成道之相

又夢下

歷見修進成佛

始終之行

就是「歷見修進成佛」

"They will see and experience the journey of"

諸佛之果

由行以致

安樂行人

先見其相

克果必矣

will first see these aspects and

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

they will abandon everything and

夢作國王：

即降兜率

託陰、降生

三相

捨宮殿五欲

詣道樹等

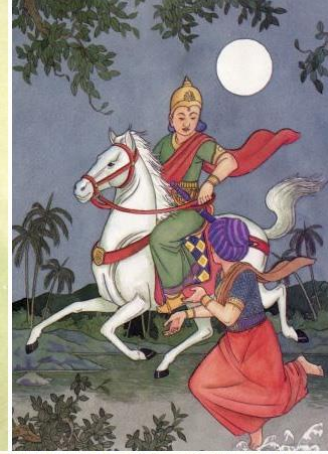
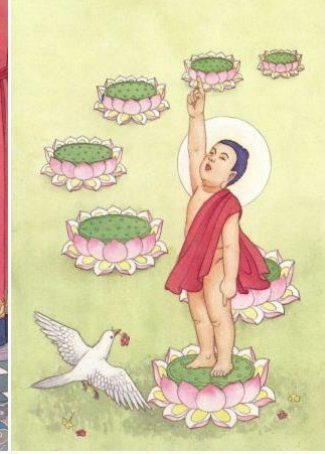
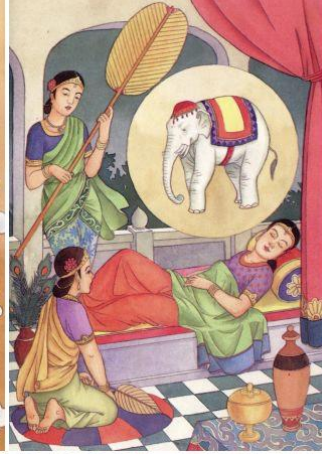
即出家之相

Abandoning their palaces and the Five Desires,

一、現降兜率天，二、現住胎受生，三、現出生人間，四、現作出家

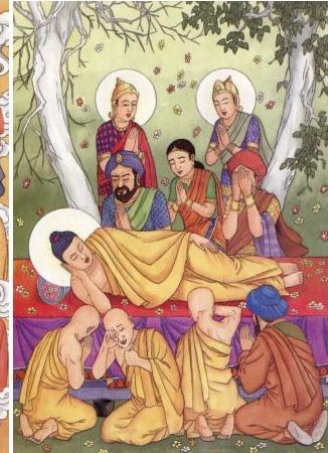
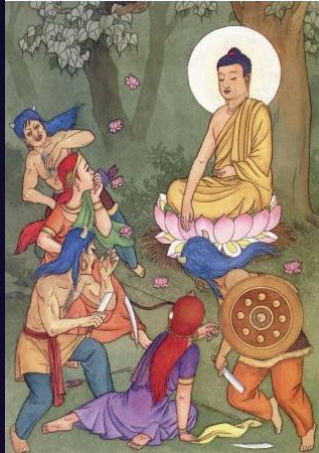
又夢作國王
捨宮殿眷屬
及上妙五欲
行詣於道場
在菩提樹下
而處師子座
求道過七日
得諸佛之智

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



五、現修苦行，六、現成正覺，七、現轉法輪，八、現入涅槃

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

sit peacefully beneath the Bodhi tree and

求道過七日

得諸佛之智：

求道七日

得佛智慧

證妙果也

they will attain the wisdom of Buddhas and

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，那個數字隨便我們的定。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。

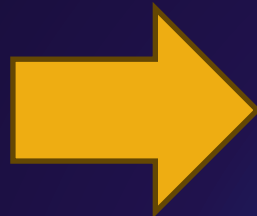
不要想：哇！這段都是好的夢，我們是不是靜下來，來追求這樣靜的境界，有這樣的境界出來嗎？若有這樣的境界出來，要趕緊警惕。這不是在睡的夢，這是在打坐時，有這樣、這樣的境界浮現，這不是真實的境界，這是魔的境界，這是煩惱，我們的雜念浮現出來的境界。所以一直要讓我們知道，這種的境界，打坐不要去執著任何一個境界。打坐的過程中有什麼樣的境界出來，那都是虛幻，絕對不能去執著它，這才是我們真修行。

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！

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

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

正信法破夢境執著
真修行人間菩薩道



諸佛身金色
百福相莊嚴
聞法為人說
常有是好夢
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

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。

願作上人的助教，廣傳靜思妙蓮華

感恩

Thank You

奈普敦智慧平台

<https://www.neptune-it.com/>