如何学密

一，上师《如何学密》的音频链接：<https://www.youtube.com/watch?v=gP_LItEoyhE>

二，今天因为听音频一小时17分，然后串讲和讨论，时间比较紧张，鉴于《依止上师》这一课我们完成了共修的四次，所以，经跟组长商量并权衡利弊后，上一节的课今天课内就再不回顾了。师兄们需要的话可以问圆顶师兄分享上一课的串讲内容。

三，今天的内容：如何学密

**1.**学密的基础**——**出离心和菩提心

（1）修出离心

作为修行人，必须要过这两关，如果没有出离心和菩提心，即使修再殊胜的、类似大圆满等等的密法，也是徒劳无益的。只有在具备出离心和菩提心的基础之上，才能正式入密修行。

很多人因为缺少这些知识，只知道密宗殊胜无比，就好高骛远，妄想不修加行而一步登天。疲于奔命地去接受密宗灌顶，不亦乐乎地修习密宗，最终却竹篮打水。收效甚微。这是因为基础不牢所导致的结果。所以学密的人必须具备出离心和菩提心，这是显密的共同基础，是趋入一切修行不可或缺的首要条件。

所有的无上密宗都十分强调出离心和菩提心。即使能将佛像观想得一清二楚，也毫无意义。正如经书所言，如果没有出离心和菩提心，即使念诵了上亿的本尊心咒，也不是什么了不起的事。一切修法的关键在于出离心和菩提心。

显密两宗都一致认为，一切万法都随发心而定。《开启修行门扉》中讲，如果某人是为了今生（圆满）而修行、放生、供僧、供佛……，即使这一世能如愿以偿，其结果也不过如此；如果因为前世业力而未能如愿，这些善行也不会引发丝毫出世间果报。因为在修行之时，他从来没有考虑过解脱、度众、成佛等等，而仅仅是为了得到今生今世的幸福快乐，发心如此明朗，那其所做善业又怎可能变成解脱之因呢？

目前，我们暂时还不需要生圆次第的修法，当务之急，还是出离心和菩提心。

现在我们不必急不可耐地去修大圆满或生起次第等密法，而是要首先生起坚定不移的出离心。一旦生起，就要令其稳固不退。

 如果希求解脱的心念，日日夜夜从不间断，才叫生起出离心。

一种较低层次的出离心衡量标准：没有出离心的人，只求今生世间圆满及来世人天福报，此外便安于现状、得过且过，没有更高的追求；有出离心的人，在他的思想深处，始终有一种挥之不去的信念：这些都不是生存的目的，只是一种临时的生活方式和手段，是无关痛痒、可有可无的，我的最终目标是获得解脱！如果能有这样的意识，就基本上可以算是具备了出离心。说一千道一万，总而言之，学密法的人一定要修出离心！

（2）修菩提心

上师再三重申，学密之人必须要有菩提心！修学菩提心在密宗里也是不可缺少的重要环节。

上师警示：在没有菩提心的情况下，即使念诵了十多亿的本尊心咒，如果发心和修法不正确，来世就可能会立即变成厉鬼或邪魔之类具备神力的众生。而证悟空性者或发菩提心者绝不可能有如此下场。所以，密宗生起次第也是不可能离开菩提心和空性见的。

出离心和菩提心的含义十分深刻，必须要亲自体会和实修，才能明白其内涵的伟大和必要。如果缺失出离心和菩提心，那我们就真的不是修行人了！

没有修持生起次第或圆满次第，虽然看似缺少很多，但实际上却并不缺少。反之，如果没有出离心和菩提心，那就真正是失去了一切，因为他连修行的门径都没有趋入，所以，这两个基础很重要！

**2.**密法修习次第

荣森班智达是宁玛巴一位杰出的成就者，他将学密者从开始发心到最后获得成就的过程分成了五个阶段：

第一个阶段，是依止密宗金刚上师

(1)因为密法是不能通过看书而仅仅从字面上去领会的。如：

(A)没有上师的引导，私自按照书上的次第去盲修瞎炼，其后果将不堪设想。

(B)在没有上师引导的情况下，私自阅读密宗法本，擅自依照法本修学，这是极端错误的行为。最终结果，他不但不会成就，而且有盗法的罪过。

(2)对金刚上师的要求，在《大圆满心性休息》、《普贤上师言教》以及有关金刚上师的开示中讲得十分清楚。希望大家在依止上师之前，能仔细参阅这些法本。

第二个阶段，是入密宗坛城接受灌顶

依照以前密法规程，宝瓶灌顶、秘密灌顶、智慧灌顶、句义灌顶四个层次，是根据受灌顶者的根基而分开传授的，受者能够修道什么程度，就授予相应程度的灌顶，绝不轻易违约次第。时过境迁，现在无上密宗的灌顶很多都包含了完整的四灌顶。虽无可非议，但大家一定要量体裁衣，要结合自己的实际情况，选择自己适合的灌顶。

3 第三个阶段，是接受密宗戒律

（1）灌顶和接受密乘戒是一回事，但荣森班智达将它分成两部分，首先是进入密宗的坛城，其次是受密惩戒。

（2）受密乘戒之前，必须了解密乘戒的内容，再抉择是否接受。即在接受灌顶之前，准备接受者首先必须拿到戒本，详细阅读与灌顶相应的密乘戒，并在确认自己能做到的前提下，才能接受灌顶，否则就不能接受。

（3）戒律都是这样，要根据自己的能力，能守持哪几条戒，就受哪几条戒。居士戒菩萨戒都是可以选择的。如菩萨戒，钝根者只需要受持一条愿菩提心，其他的可暂时不受；中等根机者可以受无著菩萨著作中所讲的四条根本戒（分开有八条），其余的可待将来再受；利根众生则可以受持龙树菩萨所讲的二十条根本戒（也可说十八条）。密乘戒也是一样。只有量力而行，才是护持净戒的必要保证。

第四个阶段是闻思

这是极其关键的步骤。首先要学习密宗特殊的见解，然后再进一步学习密宗的具体修法。

第五个阶段，是学成后到静处修行

修行，也即学习密宗的见解和修法。

**3.**略谈密宗的见解和修法

密宗所有的修法可以归纳为两条路，一是生起次第，二是圆满次第。

（1）生起次第

修生起次第时，一般要观想本尊像以及佛的坛城。凡夫因为被无明所遮蔽，所见所及全都是不清净的现象。通过密宗的见解，才使我们领悟到：这一切都不是实在的，是幻觉，是本来清净的。

凡是言词所能传递的，都属于分别念的范畴，都无法真实地表达菩萨的境界。

如人饮水，冷暖自如。显宗认为：要想真实感受这一切，只有通过首先发菩提心，依显宗的修法长劫修练，积累无数资粮，证达无我空性，达到八地以上，才能依靠自己的修行现前万法本来清净的境界。以密宗特有的修行方式，即使是凡夫，也能现见本来清净的境界。

心净，则外境清净，修行至心净之时，外境也会随之而清净。

娑婆世界的本体永远是清净的，但凡夫一像盲人一样，始终无法看见。

密宗有更直截了当的、生起次第的修法。在了知万法本来清净之后，用生起次第的方法，就可令不清净的现象逐渐消失，而深切体会到这种清净。凡夫修生起次第，也可以达到其最高顶点：在生起次第修起来之后，外面的一切自然显现为佛的清净刹土，这是密宗普通修行人都可以现量看到的境界。

为什么要修生起次第：因为我们凡夫将眼、耳、鼻、舌、身等五根的所触所及，都执为不清净的事物。如果其本身就不清净那也无可奈何。但实际上，万法都是本来清净的。既然是清净的，那有没有一种方法能令这种清净快速显现呢？显宗没有这种方法，而密宗却有生起次第的修法。修生起次第的意义就在于此。

（2）圆满次第

圆满次第有何作用：即使生起次第修得非常好，能够现量看到一切外境皆为佛的坛城，但如不能证悟空性，又会执著佛的坛城为实有，这时，虽然一切外境显现为清净，但这种对清净的执著，与对不清净的执著一样都是执著，所以仍然要断除。如何断除呢？这就需要借助于圆满次第的修法。

圆满次第可以分为两种：有相圆满次第和无相。

A.有相圆满次第的修法，就是气脉明点的修法，如时轮金刚中的气脉明点修法。它就是观想头痛和木棍落在头上的瞬间立刻头痛感受的区别。在密宗里，可通过修气脉明点，快速地证悟空性。为何能快速证悟呢？因为我们的心和肉身有着非常密切的关联，通过对气脉明点的调节，就可以使心发生决定性的改变。

而用显宗，从凡夫修到真正证悟空性的一地菩萨，需要一个阿僧袛劫。

 通过圆满次第证悟空性以后，虽然佛的坛城依旧存在，却能了达这一切并不是实有，而是如梦如幻的，这就是修圆满次第的意义所在。

B.无相圆满次第主要是指大圆满，无相圆满次第是指不借助于观想以及修气脉明点，而直接证悟空性的修法。显宗的空性是理论上、字面上的概念，而密宗的空性确实切身的体会，所以进步神速。

大圆满中既包含了无相圆满次第，也含摄了生起次第。大圆满的生起次第不是通过观想佛像，从外面看到本尊坛城，而是藉由禅定，从内心向外发出的佛的坛城。这是没有任何造作的、自然的、纯净的一种佛的坛城。

C.生起次第是有造作的。但它却能控制我们对不清净的执着。所以暂时可以利用它。

D.而修大圆满时，不需要看佛像，也不需要观想佛陀。本尊的容貌、身色、手印……而只需要入定。入定修光明的同时，现象的部分自然可以爆发出来，那便是纯洁而无有造作的佛之坛城。大圆满没有特意修生起次第，最后却达到了比修生起次第更超胜的目的。所以，大圆满修法涵盖了一切生圆次第的修法。

E.虽然各大派别的修法异彩纷呈、各有千秋，但所有修法都可归纳与生圆次第的修法当中。

以上所讲的是密宗一般的修法次第。我们的修行不一定会按照以上顺序进行，而往往是在出离心、菩提心等一些列加行修完以后，直接进入大圆满的修法。因为大圆满法，并不是专供出家人，或者高僧大德的修法。即使是普通的密宗居士，在加行基础打好之后都可以修，你们可以一边工作、一边修大圆满。

（4）生圆次第与显宗修行的差别

如果已经完全成就了学密的利根法器，则加行道只需六个月，资粮道也不会很长，在显宗无法企及的时间内，就能到达一地。无数事例可以证明，密宗修法的确有着显宗无法比拟的优越性。

如果学显宗的人，证悟了显宗的第一地，实际上也就证悟了密宗。因为在第一地之后，显密是毫无分别、一味一体的。所谓密宗的特点，只存在在于资粮道和加行道，也即没有登地之前。

在没有登地之前，显密确实有很大差别，但在登地之后，就没有差别了。

证悟一地的显宗修行者，当他从一地的定中出来以后，立即就有了幻化身，也叫幻身或金刚身。虽然他没有修过生起次第，但因为他证悟了光明，就会有幻化身。一地以上的显宗修行者，最终也自然而然地趋入了密宗。

无垢光尊者、麦彭仁波切等大部分人的观点是：因为在登地之后，并不存在显密之分，所以即使根机较差的修行人，在登地之后，也可进入密乘道。麦彭仁波切等成就者甚至认为，如果快的话，显宗的修行者在大资粮道时就会进入密宗。因为修大资粮道的人通过禅定，可以去诸佛刹土，在佛前听法。他可以因此而契入密宗。

显宗密宗都可以成佛，只是速度的快慢有很大差别。其最终果报是没有差别的，两者同样都可以成佛。

密宗幻身的修法是一种非常特殊的修法，但宁玛派更强调虹身。清净的幻化身和虹身是差不多的。修大圆满时虽然从未观想过唐卡，但在其证悟到炉火纯青之际，顿时就可以显现出五方佛的坛城，这时便可见到一切外境都是清净的现象，身体也开始逐渐变成虹光身，此虹光身可以直接带到佛的果位，最后成为佛的报身。

密宗通过无相圆满次第的修法，就可以证悟龙树菩萨《中论》中所讲的空性。密宗一点也不神秘，只是它的方式很特别。很快速。做起来比较容易而已。

^\_^菩萨戒既要考虑自利，也要考虑利他，既然是利益众生的动机，就没有必要过分谨小慎微、瞻前顾后，很多方面都可以有一定的弹性，这样才能更加游刃有余地利益众生。

在密宗里，如果没有证悟密宗的见解，就另当别论，如果已经证悟了，就不象显宗的戒律那么严，虽然密宗的修行轻而易举，戒律也张弛有度，然而成就的速度却是迅速快捷的，这就是密宗的特点。

（5）使修行抵达终点的顺源

目前最重要的，是稳扎稳打地修出离心和菩提心。特别是菩提心，我们学佛那么长时间了，也比较精进，但直到现在都还没有圆满世俗菩提心。可见，菩提心确是得之不易的。

比如：在为了利益他人自己反要痛苦的情况下，很多人就会犹豫不决，甚至退避三舍。。。。。。作为菩萨，必须能够无条件地付出。出离心和菩提心，就是凌驾于一切修法之上的无上大法。

出离心，菩提心，最后空性的问题，前面打下了良好的基础，证悟空性也就成了指日可待的事情。

大巧若拙、大智若愚。只有不玩弄技巧、不耍小聪明，视上师的一切教言为究竟的弟子，才能够窥探到与上师智慧无二无别的奇妙风景。

有人自以为上乘根基，自作主张，径直趋入正行修法，修了几年后，不但没收获，反而每况愈下，最终连原有的信心都丧失殆尽。劳而无功的根本原因，就在于自以为是，不重视基础的铺垫。

千里之行，始于足下。出离心和菩提心，是与证悟空性相辅相成、形影不离的良伴，我们一定要对此加以重视。只有从出离心和菩提心出发，才能抵达究竟实相的终点！

思考题：

1. 为何要反复强调出离心和菩提心？
2. 阐述密法修习的次第，并谈谈你对此的理解。
3. 圆满次第的种类、作用和目的是什么？
4. 你是怎么理解密宗的特点的。
5. 根据自己的修行体会，谈谈对学密修密的憧憬和信心。