



李居明 密宗系列

# 密宗

## 信仰与修持

怡然金刚倾情演绎密宗的精髓  
首度公开密宗本尊修持法门  
研究真言密法最详尽、最透彻的中文书籍！

李居明◎著



華齡出版社



李居明密宗系列

# 密宗

## 信仰与修持

李居明◎著



華齡出版社

选题策划：褚大为  
责任编辑：苏辉 毋卫莉  
特约编辑：窦广利 张鹏  
装帧设计：春晓伟业  
责任印刷：李浩玉

### 图书在版编目 (CIP) 数据

密宗信仰与修持 / 李居明著. - 北京: 华龄出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-80178-728-6

I. 密… II. 李… III. 密宗—基本知识 IV. B946.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 227655 号

北京市版权局著作权合同登记章图字: 01-2009-7173

### 版权声明

本书中文简体字版由李居明先生授权独家出版发行。非经事先书面同意, 任何单位或个人不得以任何形式复制、转载。

书 名: 密宗信仰与修持

作 者: 李居明 著

出版发行: 华龄出版社

印 刷: 北京朝阳新艺印刷有限公司

版 次: 2010 年 1 月第 1 版      2010 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 787×1092 毫米 1/16      印 张: 18

字 数: 160 千字      印 数: 0001-5000 册

定 价: 59.80 元

---

地 址: 北京西城区鼓楼西大街 41 号

邮编: 100009

电 话: 84044445

传真: 84039173

## 修明学会成立缘起

修明学会于1996年6月在香港成立，由香港著名术数师李居明先生一手创办，李居明先生为修明学会之永远会长。

李居明先生于1982年结缘灌顶，成为佛教真言宗（东密）弟子，法号徹毫。其师父悟光上人，乃近代唯一获真言宗中院流法脉传承的中国籍高僧。此法乃是佛陀自内证的无上心法，一千多年前唐朝时由中国传至日本。

1989年，李居明先生完成金、胎二部大法四度加行，灌顶为金刚阿闍梨，为佛陀直传宗法五十五世。1996年，完成日本四国八十八灵场顺行后，于1997年正式在日本接受灌顶，成为真言密教总本山金刚峰寺僧侣，僧号怡然。

李居明先生以中国香港居民的身份，其法脉传承于中国内地，僧脉传承于日本，佛缘妙遇。现在，李居明先生弘法的影响力在此宗之中最具盛名，对弘扬唐密文化贡献巨大。至于推动密宗及《般若心经》文化，李居明先生的影响亦深远而重大。

修明学会是李居明先生之普贤旗幟，通过佛教课程培育年轻一代的真言龙象，精英辈出，在香港社会中极负盛名。会内护摩（火供）法事，息灾增益，效应殊胜。1999年，在香港古洞麒麟山创建万尺园林“佛教修明闭关别苑”，同年正式筹办弘法寺永久道场，为21世纪植根于香港，且有别于日本、中国台湾地区而独具香港特色的佛教真言宗密法伽蓝。

# 目 录

## 第一部 密宗导读

第一章 密宗是什么.....	2
第二章 生命的诞生.....	7
第三章 转世投胎的动力.....	11
第四章 胎儿受孕的因因果果.....	15
第五章 超越生老病死苦.....	21
第六章 佛陀哲思的形成.....	24
第七章 我是宇宙，宇宙是我.....	28
第八章 唵啊吽.....	31

## 第二部 密宗概探

第一章 浅谈真言密教的特色.....	36
第二章 结缘谈药师琉璃光如来.....	41
第三章 密谈观音及其修持法.....	54
第四章 密谈虚空藏菩萨.....	73

## 第三部 密宗大义

第一章 密宗传承简述.....	82
第二章 两部大经大意.....	86
第三章 十住心论.....	89
第四章 即身成义.....	94

第五章	大日如来与五佛五智	97
第六章	密法道场与法器	100
第七章	发心	102
第八章	念珠	103
第九章	阿字观	105
第十章	本尊	106
第十一章	曼荼罗	108
第十二章	护摩	111
第十三章	密宗之秘	112
第十四章	菩萨	116
第十五章	本部总结	127

#### 第四部 密宗历史

第一章	古代印度密教	132
第二章	中国古代密教	158
第三章	日本密教传承	176

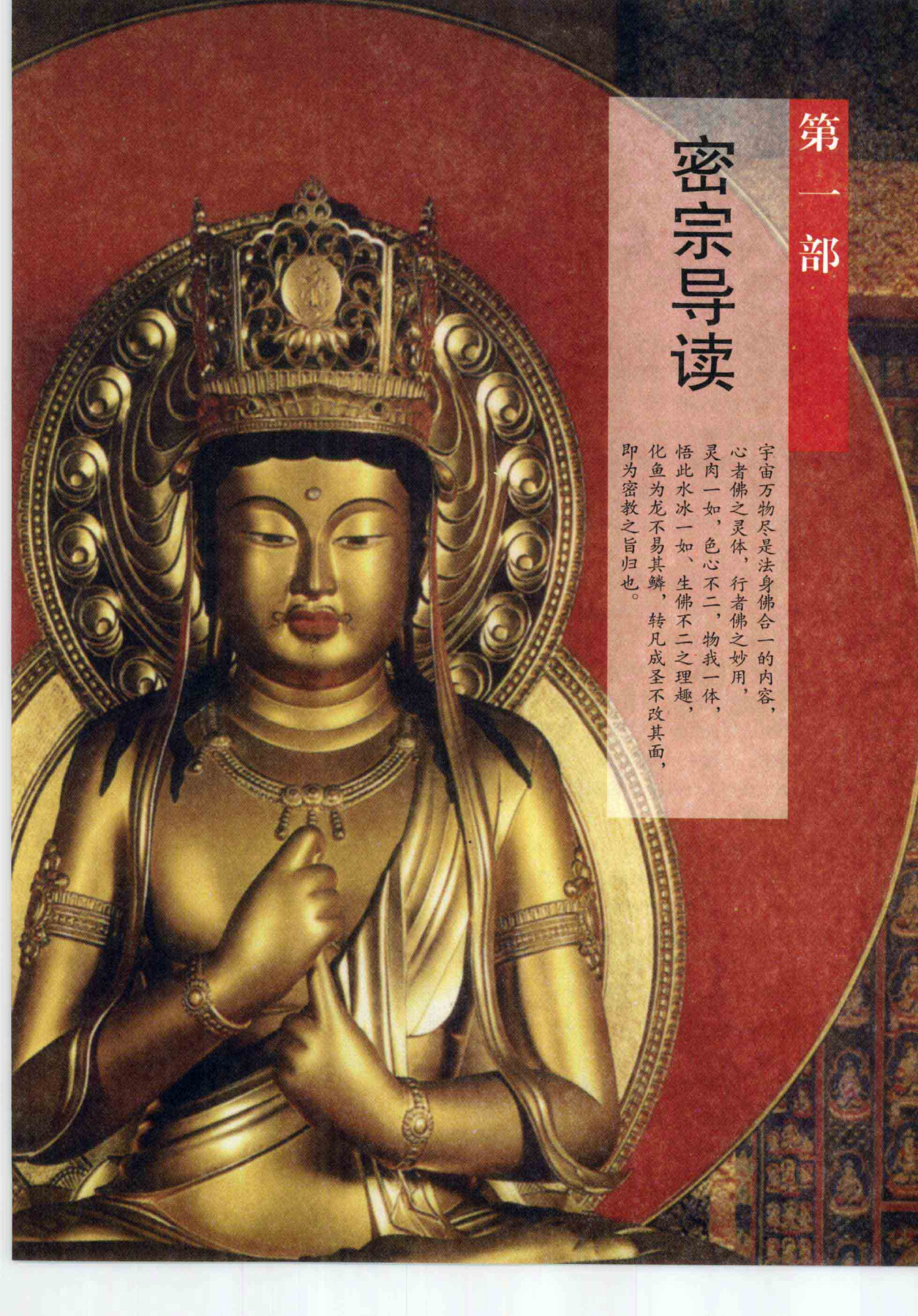
#### 第五部 密宗理趣

第一章	《般若理趣经》	216
第二章	《般若理趣经》解说	226

# 第一部

## 密宗导读

宇宙万物尽是法身佛合一的内容，  
心者佛之灵体，行者佛之妙用，  
灵肉一如，色心不二，物我一体，  
悟此水冰一如、生佛不二之理趣，  
化鱼为龙不易其鳞，转凡成圣不改其面，  
即为密教之旨归也。





## 第一章 密宗是什么

佛教教义博大精深，有八万四千个法门，八千余卷经典。世界佛教至今大致分成大宗，而在日本则细分为十三宗、五十八派。

弘法大师在创立真言宗的时候，将所有佛教派别分为显教与密教两大流派。

显教是佛陀说教时，考虑到弟子的智力高低不同，而将佛理简化的一种易听易明的说教。

密教则是佛陀说法时不加任何迁就，据相实说，将宇宙的秘密真理和盘托出的说教。由于义理幽玄深秘，不是智力一般的普通人可以明白，故称为秘密佛教，简称为“密教”。后人将“密”理解为秘而不宣，其实是错误的。

不少先贤先修显后修密，也有既修显又修密的。二教并无高低之分，可以说是殊途同归，修行者可根据需要选择适合自己的一派而进修。

由于密教内容深奥，一般人不易理解。修密的人都讲求勤奋修行，力求开发自己的脑细胞，达到明白开悟的境界。初学密宗的人，都会在修行方面花较多的时间。反之，密宗在听经与阅经方面却不太注重。当修行到一定程度，因开发脑细胞而提升了自己的智慧，再翻开佛典，就如开了心眼一样，对佛经心领神会，了解深切。

密宗修行者该如何修行呢？

普通人每日所见所闻所思，积聚起来，成为一种意识形态。《般若心经》说到“五蕴”，这个“蕴”字就是积聚的意思。我们在日常生活中，通过眼、耳、鼻、舌、身的感触而有所反应和积聚，于是形成了色、受、想、行、识五种形态，即是“五蕴”。将“五蕴”进行分解，可细分为身、口、意三方面。

在佛学的名词里，认为一个人因为接触周围万物而产生了意识形态，这些意识通称为“业”。这些“业”，都是因我们不了解宇



密宗八祖弘法大师





宙真相而把虚假当成真实。所以，“业”不是智慧人应该积聚的东西。《般若心经》告诉我们“五蕴皆空”，就是否定了“业”对我们的人生意义。

但我们是普通人，难以避开“业”！

密宗提供了三个方法，可使一个普通人远离“业”的不断积聚，可以进入理解宇宙真相的境界。

当一个普通人进入这个境界时，就是开悟，再也不会承受人世间的幻象所带来的苦恼。脱离了因果轮回的烦恼，也就是成佛了。

密宗有所谓“三密加持”，就是说通过三种方式，可以开启一个普通人的智慧，令他看通宇宙的真面目。

（一）身密。以手结印，跏趺坐，将自己可以移动的肢体固定下来，停止制造“业”的一切动作；

（二）口密。口念真言，或称咒语，全都是古印度文，内容本无神秘可言；

（三）意密。心中想念一个形象，不使其消失，停止其他的胡思乱想。

“三密”的基本意义，就是这样。比如在日常生活中，我们十分尊重某一位伟人，于是我们会很自然地模仿他的动作（身密），甚至他的谈话形式（口密），然后常常想念他的形态（意密）。结果你本是一个普通人，也会被这三种方式导引，变成那个伟人的形象。这种模仿方式成了一种动力，使你改变了自己的人生方向。然后慢慢加进自己的性格和心态，慢慢造就一个其实属于你自己、但具伟人气质的形象。

每一个人的成长历程都经过这个阶段，

即年幼时学写字，不模仿是永远学不成的。三密加持的真义，与此原理同出一辙。当将自己变成一部“收音机”后，只要按其波率，拨向某电台，即可收到信号。

伟大的佛陀知道，每个人的性格和心态不同，要将一个普通人变为具有大智慧的人，所用的方法也要有所区别。就是说，既然每部收音机的结构不一样，假如同时接收同一个电台，就需要每部收音机都有一套自己的调频方法。佛祖发现的方法非常多，笼统而言，有八万四千个。

虽然方法很多，但还是离不开“三密加持”。佛祖发现，有很多人通过运用很多方法，成



由《般若心经》组成的空海形象



功地拥有了大智慧，于是他将这些成功人士所用的方法归纳起来，总结出数十种方法。

这些所谓成功人士，就是今天我们所说的佛、菩萨、明王等各部先贤。

当一个修密者开始进行三密加持时，上师必须帮助他找出一个本尊，也就是与他性格相近的佛菩萨。通过模仿这个佛菩萨成就大智慧的方式，使这个凡人达到开悟的境地。

例如，一位诗人要成佛，那么根据他的性格，必须要找一位同样具有斯文气质，而且能克服这一“斯文”性格所带来的缺点的佛菩萨给他做榜样（本尊）。上师可能选择以修智慧为主的虚空藏菩萨为他的本尊。

又例如，一个大贼要放下屠刀，立地成佛，这位性格火爆且具有潜在杀戮性格的修行者，必须用一位外表更加恐怖的明王来摄服他，然后让他模仿明王，慢慢引导成佛。本尊可能选不动明王或马头观音，他们都是呈现忿怒相。观音与明王出现忿怒相，如大将军出阵杀敌，必然全身充满杀气；但当大将军回到家中，抱起婴儿，慈父的相貌又显现出来。但是诸尊菩萨、明王的忿怒相，从常人的角度说，认为恐怖无比，怎会让人模仿呢？却不知这些忿怒相是修行者内心暴力倾向的改变方法，有以暴制暴的作用。比如一个好老师去教化一批暴徒，最佳的方法就是说他们所说的话，做他们所做的事，然后慢慢将暴力引导到正途。如果由头到尾说道理，满脸斯文，怎可以把暴徒引上正路呢？所以，密宗本尊中，不乏忿怒无比的明王，其作用也在于将修行者的心猿意马浮现成真形象而加以引导向善。从本尊的成就方式，可见佛陀



如意轮观音

当年的智慧已是十分高远。

修持身密，用手结成本尊（模仿的菩萨）的手印，通过这个手印，将人体内的整个意识形态及构造组成一个模式，以达到成功的效果。由于全身经脉都经过双手十指，所以将其双手依一先贤菩萨运用成功的方式加以结合，就会有特殊的效果。

修持口密，念诵本尊的真言，凭声波震动而产生改变，力求使之达到理想的模式。

修持意密，常观想本尊，幻想自己与本尊同化一体，不离不弃，互相交融，无所阻碍，便能使自己加速达到理想的模式。密宗的专有名词为“入我我入”，就是观想本尊进入自己体内，自己进入本尊体内，二者融合成一。



虚空藏菩萨

密宗所谓“即身成佛”，就是通过三密加持，立即肯定自己已达到本尊的境界，将理想与自己融合一体，再加以肯定。这种修行的形式，就是密宗的真正精神。

树立理想模式，自己不断追求，通过不断追求而最终达成一体的修佛形式，则属于显教的精神。

为什么密宗修行成佛的方式要将自身与本尊融合为一呢？为什么说这种方式是佛陀认为最直接、最理想的一种成佛途径呢？

因为宇宙的真相，本来就是这样。

一般人以为自己只是一块数十公斤的肉团，与周围其他东西好像没有什么关系，以为自己是一个独立的个体。殊不知我们与周



围的一事一物，都有莫大关联，彼此离弃就都无法生存。假如现在全世界的树木都消失，谁吸入我们呼出的二氧化碳而制造新鲜的氧气给我们呢？我们的诞生，关系到人类一代又一代的繁衍，以先辈三代而论，共包括十四人，缺一人就没有你。而这十四位先辈乃来自千千万万的祖先，也是缺一不可。

宇宙星宿运行，影响了地球，也影响了我们的性格与际遇。人与宇宙，有奇妙无比的呼应与共存作用，大家其实属于一体而共同生存。这种观念，分析了什么是真正的“我”。

什么是真正的“我”？

密教先贤善无畏三藏曾说：“我即此者，决定我即法界也，我即毗卢遮那也，我即普门

之诸身也。”用今日的文字可解释为：我是宇宙，宇宙是我，天地的一切与我完全一体地活着。

密宗肯定了一个人的“真我”可超越生死，是宇宙整体，能永远生存不息。因此，人本身是佛，而周围环抱共存的东西就是佛性。自己以佛的立场来看，应该不轻视其他的一切，因为那些都是我自己的一部分。人都抱有为佛之信念，互相尊重、成就、扶助，如此才可丰富自己的内容，并净化别人的世界，使大家共存共荣，永恒快乐地生存在宇宙间。

但一般人因为不知道自己的“真我”，只看到独立自主的“假我”，于是为五蕴所困。在人的困苦因果之中，不断重复又重复，无法跳出人类因“假我”而创造的轮回因果大漩涡，眼光只能看到眼前的几十年，而不知道自己其实与亘古共存，与宇宙同一。

密宗的“即身成佛”就是肯定了“真我”，并通过三密加持，跳出“假我”的因果大轮回，成为与宇宙共存的“真我”。当修密者将自己五蕴所成的业力，慢慢凭三密加持而削减、使其因果引力到达“零”的阶段时，那个人就进入一个新的境界，密宗称此人为“金刚萨埵”。中文译为“无限人”，就是超越了人的轮回因果，永远处于一个永恒快乐的境地。佛教称这个位置为“三摩地”，就是不再受命运的影响，根据自己的本意与宇宙共存共荣，如太阳（大日）一样永恒地发放光芒，其光其热成就了整个宇宙。密宗以“大日如来”为教主，将太阳在宇宙中的功能加以人格化，而且经常凭此形象化的“大日如来”提醒修行者，要与大日合一，要与宇宙合一。



善无畏三藏

## 第二章 生命的诞生

世界上的一切有形物质都由“四大”组成。什么叫做“四大”？

“四大”就是指地、水、火、风。

在我们生活的地球上，一眼就看到我们所站的地，是地大；所见的河流江洋，是水大；地壳下层有岩浆，是火大；空气流动产生了风，是谓风大。这“四大”是组成地球的四大元素。

细想起来，这“四大”是实实在在的，我们都可感到这“四大”的真实存在。

你碰一碰地，有一种坚固的质感；你碰一碰水，有潮湿的润感；看见火，感到温暖；看到树枝摆动，感到风流动的力量。

还有一种，是碰不到感不到的“空间感”，称之为“空大”，与前“四大”合称为“五大”，包括了整个宇宙的真相。

宇宙任何一件物体都离不开这“五大”。“五大”根据五种不同元素的多少，孕育了宇宙万物。

人类的诞生，是因为在这“五大”形成后，一天，突然多了一个“识大”——意识，于是就开始有了智慧生命。

这个“识大”是什么时间降临的？各派宗教对此有不同的看法。

佛教的创教者释迦牟尼认为，宇宙的创造者是谁，是人类穷尽一生的智慧都无法找

到的，所以他索性不去追寻。

这“识大”是什么时间降临的？是“谁”创造了“识大”？

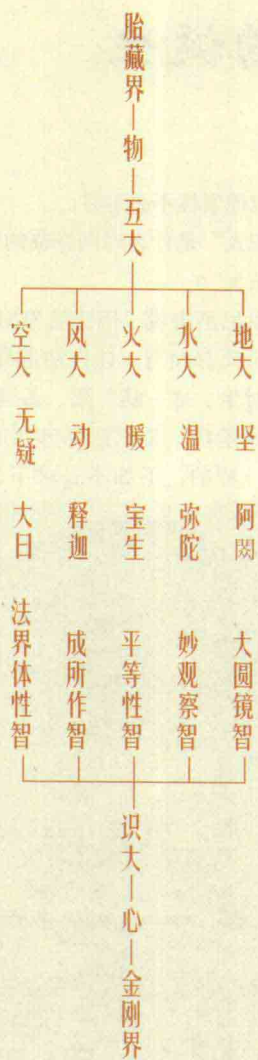
释迦牟尼不去说，因为答案对目前的你和我一点价值都没有。让你知道有个神，你还是要面对生、老、病、死、苦这五种无法穿越的人生阶段。你永远不知道有没有神，结果也是一样的，不如不去求不去问好了，



公元4世纪印度制作的释迦牟尼佛



密宗信仰与修持



密宗胎藏界“五大”

金铜五轮塔

免得浪费时间。

于是，佛祖放下了这个问题不去问，全心全力去揭示如何解脱生、老、病、死、苦，也就足够了。

佛教是无神论的宗教。

佛教从未肯定过这个宇宙有一个真神。

当然也未否定过，因为佛教根本就不去谈。这是我所领悟到的正信佛教非常重要的观点。

佛祖只说了一个道理，就是一切的宇宙现象都由一个“缘”而产生的。有一个“因”，就产生了一个“果”。

因为“五大”凭着一些“缘”结合在一起，就成了一种存在于宇宙的东西。

人是怎样来的呢？

人是因地、水、火、风、空五大机缘巧合组合在一起，于是有了“人”这种东西。

如果“人”的产生是一个“果”的话，那必然有一个“因”才使人因缘而产生。

那个“因”是什么？佛祖叫大家不必追寻，假设是一个“X”已经足够。

由“五大”组成的“人”有什么特性？

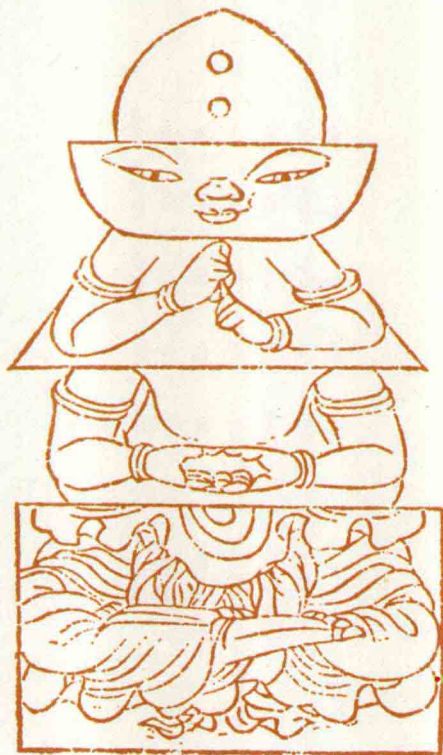
人拥有“地大”——我们的皮肤就有质感，与大地的土壤同出一种物质。人的皮肉，就像土壤一样，都是“地大”；人拥有“血液”，是“水大”；人有温度，是“火大”；人有呼吸，是“风大”。以上“四大”，由于四大元素的多少及特性不同，加上细胞与细胞之间的“空大”，产生了人体，再加了意识进去，一个“人”就齐全了。

人最微妙的一刻，就是具有意识的一刻。意识未进入之前，人未成之为“人”。但“识”

一进去，人就正式成为“人”了。

这“识”到底是一种怎样的东西？“识”可从两个层面去看。

第一层的说法，是人体的“五大”组成结构与别的东西不同，“五大”组成后就自然产生了“识大”，“识大”是“五大”组成后所产生出来的产品。这个说法演绎了人的诞生，可能是由于“五大”组成后到了一个奇妙的阶段，产生了“识大”，进而产生了“人”。这个说法有点像《西游记》孙悟空诞生的过程。孙悟空是石头化身，先具有“五大”，后因日



人体“五大”示意图



月灵气所聚，“五大”经过变化而产生了意识。

人类的祖先是否由这种方式诞生的呢？佛祖只提出了此问题，但并无作答。

这种创世纪观点属一元论。

第二层的说法，是人体具备了“五大”之后，加入了一个能量进入人体，成为“六大”。这“识大”是某一空间存在着的，当人体的“五大”一完成，那“识大”便进入体内，成为了真正的“人”。

这种说法属于二元论。将人看成是肉体

（即“五大”）与灵魂（即“识大”）的二合为一。

这个说法的盲点是，如果每一个人都是由灵魂所寄在身体内而生存，而上古人口比现代少，哪来这么多的灵魂？如果每一个人都是前人死后的灵魂凭投胎轮回而转生，那第一个人的灵魂是谁提供给他的呢？

生命的诞生，可能是一层及第二层同时地存在着，二合一而共存。就是说有些是轮回的“新瓶旧酒人”，而有些却是“五大”变“六大”的“新酒人”。

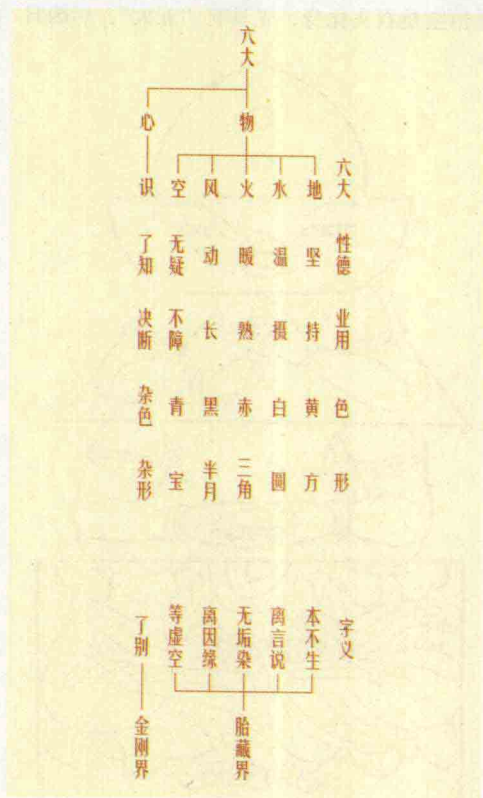
佛祖对生命的诞生，只铺陈了原理，但没有下定论。

但从这两个层次的分析，明显看出一个人的“六大”——地、水、火、风、空、识，与宇宙是完全一样的。宇宙也同时具有地、水、火、风、空及识（宇宙的规律），因此人与宇宙是特征相同而构造不同。

宇宙中任何一物其实都跑不出这“六大”。人与宇宙遥遥相对，互相呼应，因为大家的组成元素完全一样。星宿的分布变化，与人的运势变化有直接关系，也出于“六大”。修行者所说的“天人合一”，也就是指人之“六大”与宇宙“六大”的遥遥相对，天与人的地、水、火、风、空、识融合在一起。那么，人与宇宙有什么不同呢？

人的所谓“生”，就是地、水、火、风、空、识“六大”的组成。这是因“缘”而聚。人的所谓“死”，就是地、水、火、风、空、识“六大”的分解，因为“缘”灭了，到了一个尽头。

死亡为什么会有痛苦？因为“识”离开“五大”时，产生了热能摩擦。而“五大”分裂，也如火山爆发，地裂天崩。于是人在死亡那



密宗“六大”



一刻，有很多幻象，产生如置身地狱的感觉，这是因为从“六大”的分裂造成的。

有没有真实的地狱存在？没有！地狱是

“六大”分解时所感受到的境界，可能是一秒间的事。但对于人的感觉而言，却是一段很长的时间。

### 第三章 转世投胎的动力

人和其他动物的生死过程，也就是俗称的“轮回”，可分为三个阶段。

第一个阶段，可以称为“昏睡期”。是前生的业蕴（行为的潜在意识）宿胎的那段时期。一般为十个月。

第二个阶段是出生后感受世界苦乐的时

期。也就是目前你和我所处的时期。

第三个阶段是死后未转世时灵魂感受苦乐的时期。

首先谈第一个阶段。

要理解每个人转世投胎的原理，一定要先明白什么叫做“业蕴”，因为这是决定转世



大足石刻之地狱变相图（局部）