

大樂

無上密法認為，心的真實面向有兩個特性：空與樂，而其樂的面向則稱為「大樂」；或者說，心的空、明和生滅無礙，這三個面向的一體性即是大樂；而盡力貼近心的這個大樂本質的技巧，即是無上密法的修行體系之所為。

在無上密的方便道修持系統中，大多會配合心理的觀想和生理的操控，讓修行者體會到越來越細微的「喜」，最後進入心的本質、也就是大樂的經驗中。無上密認為，無上密以下（顯教的大小二乘，密教的三部密續）都並沒有意識到，既然一切經驗都是來自自心，而自心的本質即是大樂，所以一切經驗本身就帶有「樂」的特性。因此，這樣的觀點屬無上密特有。

資料出處參見

《生圓輯要》

🕒 修訂版本 #1

★ 由 Admin 建立於 2025-11-11 07:37:14 UTC

🔧 由 Admin 更新於 2025-11-11 07:37:28 UTC