

净心引导讲记 科判

全知麦彭仁波切 著 智圆法师 译讲
释道净 整理 1 稿 qq 973451196 校对

表 1: (4 表)

科判			引导文	
全文分三	甲一、引言及顶礼句		顶礼上师！	
	乙一、加行引导分六	丙一、具足静虑威仪	修习此净心引导时，在寂静之地以静虑的威仪安坐。	
		丙二、对修法生起爱乐心	心中缘想暇满难得等后，对于修法生起爱乐之心。	
		丙三、明观资粮田	在自己头顶上清晰地观想本师释迦牟尼佛，周围以大小乘僧众围绕。	
		丙四、在资粮田前修七支供	在这些圣众之前念修“所有十方世界中”等而敬献七支供。	
		第一礼敬支	所有十方世界中，三世一切人师子，我以清净身语意，一切遍礼尽无余。普贤行愿威神力，普现一切如来前，一身复现刹尘身，一遍礼刹尘佛。于一尘中尘数佛，各处菩萨众会中，无尽法界尘亦然，深信诸佛皆充满。各以一切音声海，普出无尽妙言辞，尽于未来一切劫，赞佛甚深功德海。	
		第二供养支	以诸最胜妙华鬘，伎乐涂香及伞盖，如是最胜庄严具，我以供养诸如来。最胜衣服最胜香，末香烧香与灯烛，一一皆如妙高聚，我悉供养诸如来。我以广大胜解心，深信一切三世佛，悉以普贤行愿力，普遍供养诸如来。	
		第三忏悔支	我昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，从身语意之所生，一切我今皆忏悔。	
		第四随喜支	十方一切诸众生，二乘有学及无学，一切如来与菩萨，所有功德皆随喜。	
		第五转法轮支	十方所有世间灯，最初成就菩提者，我今一切皆劝请，转于无上妙法轮。	
		第六请佛住世支	诸佛若欲示涅槃，我悉至诚而劝请，唯愿久住刹尘劫，利乐一切诸众生。	
		第七回向支	所有礼赞供养福，请佛住世转法轮，随喜忏悔诸善根，回向众生及佛道。	
		丙五、祈祷此座修法成就	此后，以猛利敬信从内心深处如是祈祷：此座之中，唯愿加持我与一切有情，心中能生起净心修行次第。	
		丙六、发菩提心分二	其次发菩提心：为了一切有情，愿我当来成就正等觉佛果，为此，我欲修习净心次第。	
		丁一、旁述三殊胜		
		丁二、发心分类分三	戊一、不善心	
			戊二、无记心	
			戊三、善心分三	己一、下品善心
				己二、中品善心
				己三、上品善心

表 2: (4 表)

全文分三	甲二、正文分三	乙二、正行引导分五	丙一、多体观分二	丁一、色法多体观分四	戊一、不净观		<p>首先，将自己贪爱的对象或者任意一人，以心观想在面前。</p> <p>如同尸陀林中分解尸体般，从其右眼开始，分成皮、肉、骨骼、内脏、秽物等，各自摆放一堆，对这些需要明见“此是此，彼是彼”而观想。</p> <p>三十多种不净物中，每一种都以分别念逐渐分解，一直分到极微尘为止。</p> <p>由此应当透彻认识身体具有过失的自性。</p>
					戊二、界差别分二	己一、引教证旁述界差别观分六	庚一、思惟义
							庚二、思惟事
							庚三、思惟相
							庚四、思惟品
							庚五、思惟时
							庚六、思惟道理
						己二、以引导文实修界差别观	<p>同样，把身体别别分解为骨肉等的坚固地界，暖热火界，气息风界，血液、尿液等的水界，孔隙窍穴的空界等，以这些体相不同的诸界、如凶残毒蛇共聚一处般所聚合的有漏之身，实为虚假、无有实义的体相，对此以智慧眼观察。</p>
					戊三、观修的时间及量		<p>入座时间，长短无有一定，乃至心中尚未明观之前，须要不断修习。</p> <p>对此，经藏中说：譬如稻米、青稞、黄豆等堆积一处，智者各别认识到“这是稻米、那是青稞”等等。</p> <p>同样，对于蕴的界分解而观察，由此能了知在蕴上是如何存在多体的。</p> <p>首先需要这样对于色法观察。</p>
					戊四、入座专注观修的作用		
				丁二、心法多体观分二	戊一、真实观修分四	己一、观修受蕴	<p>当完成了一次如上的别别明观之后，再把受分为苦、乐、舍三种，对乐也分为眼见妙色、耳闻妙音等多体，这其中的每一个又有多种分类。</p> <p>如此把受也分成多体而观察。</p>
						己二、观修想蕴	<p>此观结束后，对想而言，也有殊胜、低劣、中等等的种种想，对柱子、宝瓶、象马、男女等的种种想，各自按胜、劣、中等区分，又有许多不同的种类。</p> <p>因此，此想蕴也是种类众多的法，应当心中确认“的确如此”而产生定解。</p>
						己三、观修行蕴	<p>所谓行蕴，是与心王相应的蕴，包括除去受、想二者之外的思、触等种种心所，这也有多种。</p> <p>譬如，善心所具有信、惭、愧等多种，不善心所也有无信、无惭、贪、嗔等，以此为例，具有众多不同的种类，其中对一个如贪或无贪的心所，如果以处所、时间、相状的方面区分，又可以分为无量。</p> <p>因此，行蕴也是许多种类的多体，按照这样想而观察。</p>
						己四、观修识蕴	<p>再观想：对于识，也具有从眼识乃至意识之间的六种，其中每一种又有许多种类，譬如，眼识具有取蓝、取黄等种类不同的多体，如是而观察。</p>
					戊二、观修之量		<p>如经云：“诸色如聚沫，诸受类浮泡，诸想同阳焰，诸行喻芭蕉，诸识犹幻事，日亲之所说。”</p> <p>当心里肯定“自己的确如此”而生起了殊胜定解时，在不忘失的状态中能安住多久，即应安住。</p>

表 3: (4 表)

全文分三	甲二、正文分三	乙二、正行引导分五	丙二、无常观分三	丁一、总说观修细无常			如果相续消失，则不必刻意连接，应当把观想移到无常上。 也就是说，诸有为法都是自己形成之后，不住第二刹那而无间迁变的，从最初产生到最终毁灭的最后刹那之间，每一刹那生而即灭，实际上，无论是如闪电般的一刹那，抑或安住一大劫的器世界，凡是所作性，都仅是以次第刹那生灭的相续而安立的，如同流水和灯焰一般，了知之后，内心于此安住。				
				丁二、具体别观无常分六			总而言之，对于一切器情世界所具有的形成之后坏灭之相，外界四季迁变，内有情由少至老的变化，从高至低、由盛而衰、由乐至苦等，凡是自他所见所闻的种种法，一切诸行犹如闪电、水泡、浮云般迁变的现象，乃至尚未对此生起明确的定解，应当持续不断地观修。				
				戊一、以变异行思惟观察无常之性分二	己一、思惟观察内事无常之性分二		庚一、思惟八种变异因缘		庚二、思惟内事十五种所作变异		
					己二、思惟观察外事无常之性						
				戊二、由变异推知刹那灭							
				戊三、以万法唯心成立刹那灭							
				戊四、刹那性和相续的关系							
				戊五、由观察无常而认识五蕴的自性							
				戊六、举例说明如何观修细无常							
				丁三、观修细无常的利益							
			丙三、苦观分二	丁一、旁述三苦分四						戊一、苦苦	
										戊二、变苦	
										戊三、行苦	
										戊四、遣疑	
				丁二、引导文中修苦之法分二	戊一、总观三苦分二	己一、真实观修分三	庚一、总说	上述观想的相续消失时，如是由种种多体之法积聚而成、具有刹那不住、迁流之性的有漏取蕴，对此观察的话，不仅其相续和粗法，就连每个刹那也是： 如同现在为痛苦，是苦苦； 凡是属于自性似为安乐但以刹那灭而相续迁变的这一类的刹那，都是变苦； 不论现在是苦、是乐、是舍，都如有毒之食，某时不成为苦因的刹那一个也没有，依靠前前刹那产生后后之故，即使前面有一个刹那不具足，也会障碍产生后后之果。 因此，这所有的刹那也都是痛苦之因，故为行苦。			
								庚二、别观分三	辛一、观察苦苦		
									辛二、观察变苦		
							辛三、观修行苦				
							庚三、观想《杂譬喻经》中的轮回生死图				
							己二、观修之量			如是，凡是与三苦相应的三界所摄有漏之蕴，如同火坑、粪泥，成为痛苦的依处，乃至对此尚未产生坚定的定解之间，应当不断观察修习。	
					戊二、别观三有诸苦	此外，诸如地狱的寒热等六道各自具有的痛苦，以及自己内心感受最深等的痛苦之相，凡是任何一种见闻的对境等，次第与多少没有固定的要求，这样对于三有中存在的有大大小小的痛苦之相，竭尽自己的力量思维。 如是数量众多、难以忍受的种种痛苦之相，在没有获得圣道之前，一直层出不穷地产生。 这都是从这个有漏近取蕴的相续中所产生的，乃至尚未洞察到其纯具过患的自性之间，应当观察而引生定解。 在定解自然产生而以其力量使心安住它的状态期间，如是思维而安住。					

表 4: (4 表)

全文分三	甲二、正文分三	乙二、正行引导分五	丙四、无我观分二	丁一、真实观修分二	戊一、蕴上无我	在这一观想的相续快要消失之时，则通过前面三种观察所引的定解再来认识： 仅仅是对所作五蕴无常、多体、痛苦的自性，妄计为补特伽罗、人我、自我而已，对此，所谓的补特伽罗、人我、自我的自性，任何成立的也没有，如同明眼者眼前的盘绳上无有花蛇一般。
					戊二、依蕴假立我	以智慧眼能观见：除了仅仅是对微尘和刹那的相续及聚合之蕴，不观不察假立为我之外，并没有所谓“我”的自体。
				丁二、观修之量	一般而言，无我是主要的所证，但此处不必单独着重强调它，因为对于三种观察着重抉择观修，以其修习力便能轻而易举地认识无我。 对此，也是在无我的定解尚未消失之间，须要修习。	
			丙五、总说观修的方法及要求		当要产生其它分别念时，不要让心跟随这些念头，应当如前再从观察五蕴为多体开始，心中不断地依次修习，由此心中对每个所缘都要做到非常确认而修习。 (在此期间)，有时观察自相续之蕴，有时观察他相续之蕴，有时观察总的有为法，这样三种，随自己心里适合哪一种而观察。	
			乙三、结行引导		起座时回向善根，并在放松的状态中休息。	
	甲三、修法旁支及撰文缘起	又入座之后，如同野火炽燃一般，观修之轮不停地转动，令心无机会产生无意义的分别念，而尽力护持好相续。 如果其间心生疲倦，则什么也不想，空荡荡地放舍而休息。 又起心动念时，应当再三这样想： 生起其它无意义的分别念有什么用呢？ 对于如理作意的方面应当用心。 由此，某时一缘专注时，将会无勤产生强大的定解之力，并且在心散逸时的座间，心中也会自然浮现出前面观想的内容，而成就大的义利。 以上这些经藏中的修行次第，不论智愚都不难了解，除了这唯一具有大义의串习之外，不必观待理论上的寻思勤作。 如果加以串习，则能通达诸法的扼要。				
		故而对此： 言不为主修为主，若修不语心内知，不修仅说如鸚鵡，故应如此而观修。 班玛江称诚劝请，并献纸等作助缘，麦彭尊者以略义，一饮茶间而挥就。				

茫嘎拉！