

净心法要

——别别观修之轮

全知麦彭仁波切 著

益西彭措堪布 译

顶礼曼殊师利童子！

所有三有诸过患，自心烦恼力所生，
非理作意烦恼因，如理作意能除彼。

对此具有三义：如何修习之理；相续中生起之量；
其必要。

今初，如何修习之理

尤为引生贪欲境，以心明观于自前，
于彼分解为五蕴，初缘其身历历观，
血肉骨骼髓及脂，内脏五官与身支，
便溺虫发指甲等，所有不净之诸物。
于地等界诸聚合，凡可分解之种类，

尽其数量有几许，一一渐次析至尘，
细观此中任一种，汝心贪欲生不生。
除此不净零散物，所谓身者亦无余，
故身不净为幻轮，脉骨粪便之堆聚。
见如水面之聚沫，即于此义忆念住，
一旦正念相续断，转缘受想行识性，
逐一析为多体观，见如水泡似阳焰，
及如芭蕉幻事时，了知丝毫无可贪，
知后相续未失间，绵密护持此忆念，
若失不必刻意续，复移它法再析观。
如是似厕不净法，了无实义取蕴身，
生而不住刹那灭，于此如理正思维。
昔现无边诸世界，今已灭尽了无痕，
现未诸法亦如是，皆所作性厌离因，
审观众生必死殁，死主忽至无定准，
三有一切诸显现，无一可住迁变性。
总之所作有为法，无常之相有几何，
尽汝心力于任一，明显浮现次第观。
何时贪境此诸蕴，见如闪电云动摇，

乃至未散念相续，请运汝心思维修。
复次多分和合蕴，观其刹那一一分，
或唯苦受之自性，或似现乐然迁变，
抑或成为后苦因，故蕴本为众苦依。
三有中具诸苦相，所有种类尽力思，
见彼全为蕴过患，故于有漏法蕴中，
纵使细如针尖处，不具苦患者亦无，
故此蕴为众苦源，似不净泥如火坑，
乃至于彼能忆念，即应不离而安住。
尔后此等苦依处，多体无常五蕴中，
所谓我者为何法，设若观察我本空。
若见如雨似瀑流，亦如无人之空屋，
即应安住此定解，乃至未散此中住。
倘若散失复如前，再依次第别别观。
有时亦可无次第，诸法随意择一缘，
种种观察而思彼，即于此义数数观。
有时思维他者蕴，有时反观自蕴身，
有时观诸有为法，于何贪执即遮彼。
总之此四观察门，舍置非理作意后，

观察之轮无间转，如观察量定解生。
于此种种所缘境，心识清晰而游履，
应如烈火之燎原，相续不断逐一转。
于我往昔诸时中，非理作意诸邪念，
念念迁转之此位，其上安置观察修。
设若久修而疲倦，对治之观无力为，
烦恼诸敌亦不生，心应住舍而休息。
一旦倦消力充沛，复应如前别别观，
与此观察念同时，正知正念而安住。
设若忘失正念时，烦恼又复重现起，
见敌应需持利刃，别别观察当引生。
犹如于暗现光明，如是别别观察修，
纵少亦于烦恼害，大者破惑何须言。
有为轮回诸过患，以心能见有几许，
如其量于无为灭，了知清凉寂无上。

二、相续中生起之量

尽自他蕴有为法，多体无常苦无我，
何时串习彼法后，自然而然心通达，

由此勿须特意观，心无勤作任运显，
诸现悉成破碎境，尔时当伏烦恼敌。
远离烦恼波浪故，此时意海已澄清，
似彼圣者自在境，触及寂止三摩地，
心于安住寂止中，内观心性胜观起。
此为三乘诸行者，最初共同入门道。

三、其必要

何时缘起如幻法，一切本自无生故，
于法无我空性中，远离一异等二边，
无别平等之法界，此即大乘道所证，
殊胜光明之法界，如来秘藏亦为彼，
于此证悟即成为，不住轮涅大涅槃。
此为胜净大安乐，大无为之常恒法，
本具功德之圣我，无上般若波罗蜜。
无上秘密精藏义，俱生义之大乐界，
自然本智触证时，此中圆满一切法。
彼以上师之窍诀，直指人心大圆规。
是故大乘显与密，圣道共同此前行，

破开有为迷乱壳，别别观道为贤妙。
初以分别观察力，摧破引生烦恼相，
了达诸蕴空性后，离于三界之希愿。
此后依次诸缘相，极为寂灭之空性，
所断能断悉无愿，当离一切边执贪。
无贪大悲之贪相，法界空中如鸟翔，
无畏游戏三有中，获得佛子圣果位。
依于如是圣教法，寂止胜观道前行，
诸多净心修行门，已说三乘道扼要。
此法愈习愈转深，烦恼渐摧而渐薄，
如彼烦恼减几许，如是寂止愈易修。
如火烧炼之黄金，极能随顺如欲转。
无贪之心亦如是，堪能安住成止观。
何者天界千年中，日夜精勤供三宝，
所需一切诸资具，无余摄集悉奉献，
若人仅于弹指顷，观修诸行苦无常，
空与无我四行相，经云此福胜无量。
开演大乘四法印，八万四千法蕴宣，
经云此二功德等，故于此义善修习。

若尔等同如理修，十亿经藏义要故，
无劳即得深广慧，修者当成速解脱。
此善回向恶浊世，苦患逼恼诸有情，
以离欲法甘露力，普愿皆得寂灭果。

铁卯年十月十五日麦彭文殊欢喜造