

## 廣論講義\_奢摩他\_正釋修習次第 20221206

第二、正釋修習之次第。諸道次第，多依《辨中邊論》所說，由八斷行斷五過失修奢摩他。善知識拉梭瓦所傳之教授，更於彼上加《聲聞地》所說六力、四種作意及九住心。德稱大師《道次第》云：「四作意中，攝九住心及斷六過、八對治行，是為一切正定方便。眾多契經及《莊嚴經論》、《辨中邊論》、無著菩薩《瑜伽師地論》、中觀宗三編《修次》等，開示修靜慮之方便中一切皆同。若能先住正定資糧，以此方便勵力修習，決定能得妙三摩地。

第二、解釋修習奢摩他次第，以噶當派的道次第之典籍而言，大多數依據《辨中邊論》所說，透過八種能斷行來斷除五過失的方式修習奢摩他，其中，噶當派善知識拉梭瓦所傳之教授，除了上述所說，還要加上《聲聞地》所說的六力、四種作意及九住心來修習奢摩他；德稱大師（霞惹瓦）在他的《道次第》中也說：「由四種作意中，含攝九住心的方式，斷除六過、修習八對治行，這是修習奢摩他的最勝方便。因其方便符合眾多的契經以及《莊嚴經論》、《辨中邊論》、無著菩薩《瑜伽師地論》、中觀宗三編《修次》當中，開示修靜慮之方便。因此，如果我們能先讓自己具足修止資糧，然後按照上述方便精勤修習的話，一定能快速的得到奢摩他。

現在傳說修靜慮之甚深教授中，全不見此方便之名。若不具足正定資糧及無此方便，雖長時修定終不成。」此語是於諸大教典修定方法，得清淨解。

但現今有此聲稱修靜慮之甚深教授，完全沒有上述大論中所說方便之名。如果不具足修止資糧，及無上述所說之方便的話，即便長時間修定，但最終還是不能成就。」這段話是霞惹瓦大師對於所有大教典中所宣說修

定的方法，已經得到清淨定解的說法，相當重要。

又總三乘修道次第，無著菩薩於《五分》中極廣決擇，故彼為最廣開示修行之論。然於一處廣說之事，餘則從略。止、觀二法，《攝決擇》說於《聲聞地》應當了知，故《聲聞地》最為廣者。慈尊則於《莊嚴經論》、《辨中邊論》說九住心及八斷行，獅子賢論師、蓮花戒論師、寂靜論師等印度智者隨前諸論，亦多著有修定次第。又除緣佛像、空點、種子形等所緣不同外，其定大體，前諸大論與咒所說，極相隨順，尤於定五過失及除過方便等，經反較詳。

以諸大車軌教典而言，闡述三乘的修行道次第的內容最廣的是無著菩薩的《五部地論》別名為《瑜伽師地論》，也就是開示修行的一部重要的論著。此論中止觀的內容，雖然在一處有廣說，但在另一處只有略說。如《攝決擇分》中說：「關於止觀二者從《聲聞地》中應當了知。」所以《聲聞地》是解說止觀最深廣最清楚的教典。

不僅如此，彌勒菩薩在《莊嚴經論》有講說九住心；《辨中邊論》中講說八斷行。另外還有隨奉以上大論而講述修定次的論著有：獅子賢論師的《莊嚴光明釋》、蓮花戒論師的《修次論》、靜命論師的《般若波羅蜜多教授論》等。

顯密兩宗，在止觀所緣的認知上的差異是，密教認為止觀的主要所緣為佛像、明點、種字形等，顯教認為主要所緣為二無我等法。除此之外，大體上，上述大論與密教兩者在修止的內容相當吻合，尤其是所謂的五過失及斷除五過失的方法，在顯教中解釋得相當詳細而廣泛。

然能依彼大論修者，幾同晝星。將自心垢責為論過，謂彼唯能開關外解，妄執開示心要義理別有教授，於彼所說修定次第，正修定時，竟為何似，全無疑惑。然此教授一切修行，前後皆取大論所出，故於此處修定方法，亦取大論而為宣說。

然而，現今按照大論釋中所論述那樣，能夠如實地修定者，如同晝星一般非常少見。另外，有些修行者明明自己不能深入大論的內容，卻誤以為是論著的過錯，認為開示心要的內涵別有教授，而且在修行彼等教授中所說修定次第及正修的時候，對彼連何為何故等等，生疑都沒有。

簡言之，不論是修奢摩他的教授的內容，還是次第，都是出自於大論所說，因此，在此處修奢摩他的方法，也會主要以印度智者們所造的大論為主來作解釋。