

廣論講義_奢摩他_修止資糧 02 20221011

如是六法能攝正定，未生新生，生已不退，安住增長因緣宗要。尤以清淨尸羅，觀欲過患，住相順處為其主要。善知識敦巴云：「我等唯覺是教授過，專求教授。然定不生，是未安住資糧所致。」言資糧者，即前六法。

以上在《修次中編》中所宣說的修止之六種資糧，能攝奢摩他未生新生，生已不退，安住增長因緣之宗要。六資糧當中尤其是霞惹瓦所說，以清淨尸羅，觀欲過患，住相順處為修學奢摩他的主要，因為前兩者能夠具足修止之內順緣，後者能夠具足外順緣。

清淨尸羅的重要性，《廣論寶庫》中說「在奢摩他時，『持戒』重要的原因在於奢摩他主要是由正念、正知來成辦，而想要戒清淨，必須依賴憶念戒律之正念，以及明瞭是否違反戒律之正知二者來持戒，所以如果能清淨持戒，便能間接成辦正念正知，到時在修奢摩他時，就不必從頭修學正念、正知。」

善知識敦巴也說：「我們雖然長時間修奢摩他，發現還是不能成就時，總會覺得是教授過失，而專求教授。最終，奢摩他仍然不能生起，其實這不是教授的問題，而是我們還未具足修止之資糧所致。」「資糧所致」所言資糧，是指之前提到的修止之六種資糧。

又前四度，即是第五靜慮資糧。《修次初編》云：「若能不著利等諸欲，善住尸羅，性忍眾苦，勤發精進，速能引發正奢摩他。故《解深密經》等，亦說施等為後後因。」

不僅如此，六度的前四度，也是第五靜慮的資糧。因為在《修次初編》中說：「如果能不貪著利養恭敬等諸欲，善住尸羅，性忍眾苦，勤發精進，

這樣能夠快速引發正奢摩他。所以《解深密經》也說施等六度，前前為後後之因。」

《道炬論》云：「失壞止支分，雖勵力修習，縱經多千年，不能成正定。」故真欲修止、觀定者，應勵力集《聲聞地》中正奢摩他十三資糧，極為主要。

另外，阿底峽尊者在《道炬論》中也說，如果沒有具備無著菩薩在《聲聞地》中所說修止的十三種資糧，再怎麼勵力修止，甚至千年，都不能成就奢摩他。所以真心欲求修止、觀者，在修止之前觀察自己是否具備《聲聞地》中所說的奢摩他十三種資糧，這是極為主要。

奢摩他十三種資糧：

《聲聞地》云：

自與他圓滿，欲戒根律儀，
食量不睡勤，安住於正知，
具格善知識，正法聞與思，
無間及施捨，沙門法莊嚴。

1.五自圓滿。2.五他圓滿。3.欲求善法。4.安住具戒。5.諸根清淨。6.飲食知量。7.不睡勤修瑜伽。8.正知而住。9.具格善知識。10.聞思正法。11.無內外障礙。12.施捨心大。13.具沙門法。

第二、依止資糧修奢摩他分二：一、加行；二、正行。今初 修如前說加行六法，尤應久修大菩提心。又應淨修共中、下士所緣自體，為菩提心之支分。

具備修止資糧之後，接下來正式修奢摩他，在此之前事先要修「灑掃住處，安置身語意像」等加行六法，然後以發菩提心來調整動機。因為菩提心是上士道之法，所以在發菩提心之前要先修共中士道法，彼之前要修共下士道法，因為此三士道法，在尚未生起前前法時，就無法生起後後法，所以論中也提到共中、下士道法「為菩提心之支分」。總之，以發菩提心的動機來正式進行修習奢摩他，是修止之法。