

說為止。思擇等四通說名觀。然真實止觀如下所說。要生輕安乃可安立。

第六各別學法分三。一學奢摩他法。二學毘鉢舍那法。三學雙運法。初又分三。一修止資糧。二依止資糧修奢摩他。三修己成就奢摩他量。今初

諸瑜伽師先集資糧。即是速易成止之因。其中有六。一住隨順處。住具五德之處。易於獲得。謂無大劬勞得衣食等。二處所賢善。謂無猛獸等兇惡眾生。及無怨等之所居住。三地土賢善。謂非引生疾病之地。四伴友賢善。謂具良友戒見相同。五具善妙相。謂日無多人夜靜聲寂。如莊嚴經論云。「具慧修行處。易得賢善處。善地及善友。瑜伽安樂具。」二少欲。不貪眾多上妙衣服等事。三知足。雖得微少粗弊衣等。常能知足。四斷諸雜務。皆當斷除行貿易等諸惡事業。或太親近在家出家。或行醫藥算星相等。五清淨尸羅。於別解脫及菩薩律。皆不應犯性罪遮罪破壞學處。設放逸犯。速生追悔。如法悔除。六斷除貪欲等諸惡尋思。於貪欲等當修殺縛等現法過患及墮惡趣等當來過患。又生死中愛非愛事。皆是無常可破壞法。此定不久與我分離。何為於彼而起貪等。由是修習。能斷貪等諸惡尋思。此如修次中編之意。於聲聞地應當廣知。

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。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。」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十二資糧。極為主要。

第二依止資糧修奢摩他分^二。一。加行^三。正行^三。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。

第二正行分^二。一。身何威儀而修^二。正釋修習之次第。今初

如修次中編下編所說。於安樂具身具八法。足者。謂全跏趺。如毘盧遮那佛坐。或半跏趺。眼者。謂不應太開亦非太閉。垂注鼻端。身者。謂非過後仰莫太前屈。端身內念。肩者。謂平齊而住。頭者。莫揚莫低莫歪一方。自鼻至臍正直而住。齒與唇者。隨自然住。舌者。令抵上齒。