

# 六門教授習定論

無著菩薩造頌/世親菩薩釋/義淨法師譯

學習心得報告

2023.04.20(一)

2023.05.04(二)

2023.05.11(三)

張意葭

(世親菩薩)今欲利益一切有情，令習世  
定及出世間定，速能捨離諸煩惱故，述  
此方便。

## 總標六門

求脫者積集 於住勤修習 得三圓滿已 有依修定人

偈 頌	釋 曰
一、求脫者	求解脫人
二、積集	能積集勝行資糧
三、於住勤修習	於所緣處令心善住，名之為定，由不散亂不動搖故。 問云何修習？謂得三圓滿已，有依修定人。
四、得三圓滿	師資圓滿、所緣圓滿、作意圓滿 <small>(依三圓滿如法受學)</small>
五、有依	謂是三定，有尋有伺定、無尋唯伺定、無尋無伺定。
六、修定人	能修習奢摩他、毘鉢舍那 <small>(依所修定得殊勝果)</small>
	1若人於解脫起願樂心，2復曾積集解脫資糧，3心依於定，4有師資等三而為依止，5有依修習，6由習定故，能獲世間諸福及以殊勝圓滿之果，先作如是安立次第。

The background features a light blue gradient with several faint, semi-transparent circular elements. On the left side, there is a large circular scale with numerical markings from 150 to 260 in increments of 10. Other smaller circles and arcs are scattered across the page, some containing partial lines or arrows, suggesting a technical or scientific theme.

# 一、求脱者

## 一、求脫者\_發勝意樂欣求解脫

- 於三乘樂脫，名求解脫人。  
聲聞乘等有差別故，於三乘中心樂解脫
- 二障全除，斯名為解脫。  
二障(煩惱障、所知障)除之名脫
- 應知執受識，是二障體性，  
識者即是阿賴耶識。執受者是依止義。謂是煩惱所知二障體性。  
此復云何。惑種即是煩惱障自性。一切種即是所知障自性。
- 惑種一切種，由能縛二人。  
即是二障種子能縛二人。煩惱障種子能縛聲聞。一切種子能縛菩薩。
- 已除煩惱障，習氣未蠲除，此謂聲聞乘，餘唯佛能斷。  
云何此二解脫差別？謂聲聞人，習氣未除，斷煩惱障而證解脫。唯佛世尊能總除故。
- 若彼惑雖無，作儀如有惑，是習氣前生，若除(習氣)便異此(作儀)。(畢陵伽婆蹉尊者、河神、小婢)  
云何習氣。彼惑雖無所作形儀如有惑者是名習氣。  
此中應言。若惑雖無令彼作相如有惑者。此言作儀如有惑者。即是於因說果名故。彼謂聲聞獨覺未知。  
此是誰之習氣。謂是前生所有串習之事。尚有餘氣。今雖惑盡所為相狀似染形儀。名為習氣。若能除斷與此不同。應云若彼習皆無不作儀如惑。

The background features a light blue gradient with several faint, overlapping circular patterns. On the left side, there is a large circular scale with numbers ranging from 150 to 260, accompanied by tick marks and arrows. Other smaller circular elements are scattered across the page, some containing partial arcs or lines.

## 二、積集

## 二、積集\_積集資糧斷疑除惱

種植諸善根，無疑除熱惱，於法流清淨，是名為積集。  
能持樂聽法，善除其二見，但聞心喜足，是四事應知。

(頌) / 積集 - 四事	釋 曰
	此之二頌釋積集義。如經中說，此人先應修習 <sub>1</sub> 多聞， <sub>2</sub> 復聽正法， <sub>3</sub> 諸見熱惱已正蠲除， <sub>4</sub> 心之蓋纏能正降伏，依此文義故說初頌
種植諸善根 - 能持	積集所有善根，謂能持正法故。以此為先，令其信等善法增故。(五善根_信進念定慧)
無疑 - 樂聽法	謂樂聽法故。由知法故，已生未生所有疑(邪見)惑(煩惱)悉能除滅。
除熱惱 - 善除其二見	云何除熱惱？謂除二見故。 二見云何？一者欲令他識知見，二者自起高舉見。 謂作是念：「如何令他得知，我是具德之人。」是則名為令他識見。 依此見故自欲高舉，名自高見。 此二能令心焦熱故，名為熱惱。(貢高我慢，廣癡見愛慢)(不正發心)
於法流清淨 - 但聞心喜足	謂能除遣。但聞法時心生喜足故。上之除字(除熱惱)流入於此。 於法流清淨者，謂聽法時，心無散亂，相續而流。心清淨故，蓋纏止息。 若聽法無厭，更能進思，勤修不息，方得名為法流清淨。 當知此據聞思修位，如次應知。

The background features a light blue gradient with several faint, semi-transparent circular patterns. These patterns include concentric circles, arcs, and some numbers (e.g., 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) arranged in a circular or semi-circular fashion, suggesting a technical or scientific theme.

## 三、於住勤修習



### 三、於住勤修習\_依所觀境成就正定總標七科

所緣及自體，差別并作意，心亂住資糧，修定出離果。

1. 所緣
2. 自體
3. 差別 - 九心住
4. 作意 - 四作意
5. 心亂
6. 住資糧 - 戒律儀/戒淨四因(根律儀、飲食知量、覺寤瑜伽、正知而住)
7. 修定出離果

### 三、於住勤修習\_1所緣、2自體

外上及以內，此三所緣生，應知住有三，自體心無亂。

所緣		自體		
外上及以內，此三所緣生		<p style="text-align: center;">謂是心無亂相，名之為住。</p> <p style="text-align: center;">心無亂者，於外等處三種緣時，隨其所緣心無動亂</p>		
釋曰		偈頌	釋曰	
外緣	謂白骨等觀所現影像，是初學境界。	第一住相應， 定心者能見， 於境無移念， 相續是明人。	言於境無移念者，謂於餘境心無散亂，故名無移。	
上緣	謂未至定緣靜等相。	第二住相應， 厭離心寂靜， 專意無移念， 相續是明人。	言厭離心寂靜，專意無移念者，謂於其境生厭離心。前唯觀境未能生厭，今時專注心生厭離而不散動。 <small>(下地苦羸障，上地淨妙離)</small>	
內緣	謂從其意言所現之相為所緣境。	第三住相應， 於前境凝住， 定意無移念， 相續是明人。	於前境凝住者，謂於意言所現之境，緣此境時其心凝定，故云定意無移念相續是明人。	

相續者，堅守持心令不斷絕。

言明人者，或因自思(隨法行)、或從他教(隨信行)，於靜慮法而起加行，是謂明人。應知如次是隨法行及隨信行種性。

### 三、於住勤修習\_3差別(九心住)、4作意(四作意)

於彼住中，有種種差別，...隨句次第而為修習

<p><b>3.覆審住-正相覆審其意</b> 若依託此，有亂心生，更覆審查緣境而住。</p> <p><b>3.安住</b> 謂若此心雖復如是內住、等住。然由失念於外散亂，復還攝錄安置內境，故名安住。</p> <p>有間荷負作意(有間遍轉作意)</p>	<p><b>2.正念住-正流</b> 次於後時，令其正念流注不斷。</p> <p><b>2.等住</b> 謂即最初所繫縛心，其性癱動未能令其等住遍住故。次即於此所緣境界，以相續方便澄淨方便，挫令微細遍攝令住。故名等住。</p> <p>有間荷負作意(力勵遍轉作意)</p>	<p><b>1.最初住-堅執</b> 若能於最初習境時，其心堅執。</p> <p><b>1.內住</b> 謂從外一切所緣境界，攝錄其心繫在於內令不散亂。此則最初繫縛其心，令住於內不外散亂，故名內住。</p> <p>勵力荷負作意(力勵遍轉作意)</p>
<p><b>4.後別住-轉得</b> 次於後時轉得差別。</p> <p><b>4.近住</b> 謂彼先應如是如是親近念住，由此念故數數作意內住其心，不令此心遠住於外。故名近住。</p> <p>有間荷負作意(有間遍轉作意)</p>	<p><b>9.任運住-串習相能行任運道</b> 次於後時，於所緣境心無加行任運隨流無間入定緣串習道。(PS.1亦名得定相，未到地定。2捨數息轉隨意)</p> <p><b>9.等持</b> 謂數修、數習、數多修習為因緣故，得無加行無功用任運轉道。由是因緣不由加行不由功用，心三摩地任運相續無散亂轉，故名等持。</p> <p>無功用荷負作意(無功用遍轉作意)</p>	<p><b>8.功用住-加行相加行常無間</b> 次於後時，以加行心於所緣境無間隨轉一緣而住。(PS.可以由數息轉隨意，準備進入觀，未入觀)</p> <p><b>8.專注一趣</b> 謂有加行有功用，無缺無間三摩地相續而住，是故名為專注一趣。</p> <p>有功用荷負作意(無間遍轉作意)</p>
<p><b>5.調柔住-心歡喜</b> 次於後時對治生起，心得自在，生歡喜時。</p> <p><b>5.調順</b> 謂種種相令心散亂，所謂色聲香味觸相，及貪瞋癡男女等相故。彼先應取彼諸相為過患想，由如是想增上力故，於彼諸相折挫其心不令流散，故名調順。</p> <p>有間荷負作意(有間遍轉作意)</p>	<p><b>6.寂靜住-對治相對治品生時</b> 於此喜愛，以無愛心對治生時，無所受樂其心安靜。</p> <p><b>6.寂靜</b> 謂有種種欲患害等諸惡尋思貪欲蓋等諸隨煩惱，令心擾動。故彼先應取彼諸法為過患想，由如是想增上力故，於諸尋思及隨煩惱，止息其心不令流散，故名寂靜。</p> <p>有間荷負作意(有間遍轉作意)</p>	<p><b>7.降伏住-息息相惑生能除息</b> 次於後時，所有已生未生重障煩惱，為降伏故。</p> <p><b>7.最極寂靜</b> 謂失念故即彼二種暫現行時，隨所生起諸惡尋思及隨煩惱能不受，尋即斷滅除遣變吐，是故名為最極寂靜。</p> <p>有間荷負作意(有間遍轉作意)</p>

堅執及正流 并覆審其意 轉得心歡喜 對治品生時 惑生能息除 加行常無間 能行任運道 不散九應知 勵力并有隙 有用及無用 此中一六二 四作意應知

#### 四作意(釋論)

應知作意有其四種，一勵力荷負作意，二有間荷負作意，三有功用荷負作意，四無功用荷負作意。

- 此中堅執不散，是勵力荷負作意，初用功力而荷負故。
  - 次正流等六種不散，是有間荷負作意，中間數有散亂心起故。
  - 無間加行，是有功用行荷負作意。
  - 入串習道，是無功用行荷負作意。
- 如是攝已謂一六二，應知即是四種作意。

### 三、於住勤修習\_5心亂

謂外內邪緣 麁重并作意 此亂心有五 與定者相違

心散亂五種	偈頌	釋曰
外心散亂	於彼住心緣，不靜外散亂。	於住心境起緣之時，遂緣餘事心流散故。
內心散亂	掉沈心味著，內散亂應知。	謂掉舉等三於所緣境中間亂起故。(掉舉、昏沉、味著)
邪緣散亂	應識邪緣相，謂思親族等。	於修定時諸有尋求親識等事而生顧戀。(廣八種惡尋思)
麁重心散亂	生二種我執，是名麁重亂。	有二我執令其心亂。於修定時有此二事，謂益及損。若身安隱名之為益，身體羸弱即是其損。 或云我今得樂，或云我今有苦。或云是我之樂，或云是我之苦。此中我者，是執取義。
作意心散亂 (三種)	見前境分明，分別觀其相， 是作意散亂，異斯唯念心。 於作意亂中，復有其亂相， 於乘及靜慮，初二應除遣。	1. 於所緣相分明而住，是思察性。2. 或從此乘更趣餘乘。3. 或從此定更趣餘定。 謂極分別思察定時，遂使心亂，名心散亂。 異斯唯念心者，此能對治初作意散亂，由不分別而緣於境，但有念心，此明成就心不忘念。 此三散亂，初二應捨，第三由是從定趣定，希勝上故亦非是過。

### 三、於住勤修習\_6住資糧

住戒戒清淨，是資糧住處，善護諸根等，四淨因應知。  
正行於境界，與所依相扶，於善事勤修，能除諸過失。

偈頌	釋曰	偈頌	釋曰
住戒戒清淨， 是資糧住處。	謂 <b>戒即是無邊功德所依止處</b> ，必先住戒，戒行清淨無有缺犯。 <small>(戒律儀)</small> 若求戒淨，有四種因： <small>(住戒修正觀/戒淨四因)</small>		由此四因，戒得清淨。
善護諸根等， 四淨因應知。	善護諸根 <small>(根律儀)</small>	正行於境界	所行境行清淨故。 <small>(不取相、不取隨好，如理作意一如實知無所取、見如實)</small>
	飲食知量	與所依相扶	於所依身共相扶順，於受飲食離多少故。
	初夜後夜能自警覺與定相應 <small>(覺寤瑜伽)</small>	於善事勤修	於善事發起精勤故
	於四威儀中正念而住 <small>(正知而住)</small>	能除諸過失	進止威儀善用心故

### 三、於住勤修習\_7修定出離果

最初得作意，次得世間淨，更增出世住，三定招三界。

➤ 由三種定得三出離：

1、緣外境—得作意住(繫心正念，於散亂境出離)

2、緣上境—得世清淨(未出世間，但能伏煩惱)

3、緣內心—得出世淨(永得出離)

住者即是永得出離，必趨涅槃更不退轉。

The background features a light blue gradient with several faint, white circular patterns. On the left side, there is a large, semi-circular scale with numerical markings from 150 to 260 in increments of 10. The scale is oriented vertically, with 150 at the top and 260 at the bottom. The text '四、得三圓滿' is centered in the middle of the image in a dark blue, sans-serif font.

## 四、得三圓滿

## 四、得三圓滿

圓滿有三	偈 頌	釋 曰
師資圓滿 <small>(能教的人)</small>	多聞及見諦，善說有慈悲， 常生歡喜心，此人堪教定。	意顯其人善教圓滿 <small>(多聞)</small> 、證悟圓滿 <small>(見諦)</small> 、善語圓滿 <small>(善說)</small> 、 無染心圓滿 <small>(有慈悲)</small> 、相續說法加行圓滿 <small>(常生歡喜心)</small> 。此顯教授 師眾德圓滿，由此師故得聞正法有所證悟。
所緣圓滿 <small>(所教的法)</small>	盡其所有事，如所有而說， 善解所知境，斯名善教人。	盡所有事如事而說，善所知境 <small>(五淨行、五善巧、二淨惑)</small> 名為善說。 此明師資能說諸事窮盡無悞，故名所緣圓滿。
作意圓滿 <small>(能修學 的人)</small>	由聞生意言，說為寂滅因， 名寂因作意，是謂善圓滿。	此顯 <u>以聞為因，所起意言能與聖道(及)涅槃為正因故，緣</u> <u>此意言所有作意皆得圓滿。</u> 此中因言顯聞，即是意言之因。 言寂滅者，即是涅槃及以道諦，自體寂滅 <small>(涅槃)</small> 及能趣滅 <small>(滅 諦)</small> 故。 總言之寂因作意者，明此作意緣寂滅因 <small>(玄奘法師譯如理作意)</small> 。 何謂所緣？了法無性，如是緣時即是其因，亦是寂滅，故 此作意名為寂因，是一體釋 <small>(持業釋)</small> 。又緣此作意亦名寂因， 此別句釋 <small>(依主釋)</small> 。



The background features a light blue gradient with several faint, semi-transparent circular patterns. On the left side, there is a large circular scale with numerical markings from 150 to 260 in increments of 10. The scale is oriented vertically, with 150 at the top and 260 at the bottom. The numbers are in a light blue color, matching the background. The overall aesthetic is clean and modern, with a focus on geometric shapes and a soft color palette.

## 五、有依

## 五、有依\_1.諸修定者必有依託

偈 頌	釋 曰
<p>謂尋求意言，此後應細察， 意言無即定，靜慮相有三。</p>	<p>有依諸修定者必有依託，謂依三定說尋求等。 言尋求者，顯是有尋。既言有尋，准知有伺。(初禪) 言細察者，顯無尋唯伺。(初禪到二禪中間禪) 意言無者，欲顯無尋無伺。(二禪以上) <u>尋伺皆以意言為性。</u></p>
<p>無異緣無相，心緣字而住， 此是心寂處，說名奢摩他。</p>	<p>此據奢摩他法明其定義。說無異緣等，此明無差異義，<u>但緣其字而心得住，名無異緣</u>，亦名無相(無分別影像)，但緣其字，於觀義相所有作意非彼相故。此住名奢摩他。奢摩是寂止義，他是處義。非獨奢摩得盡於事，謂據其心寂止之處，心得凝住依止於定，此定即是凝心住處，故名奢摩他，異此便無。</p>
<p>觀彼種種境，名毘鉢舍那，</p>	<p>次據毘鉢舍那法明其定義說次一頌。謂依多境名為眾觀。所言彼者，謂與彼二俱相屬著，即奢摩他及所緣字。(毘鉢舍那不離奢摩他及所緣字) <u>是依奢摩他得毘鉢舍那，依於字處所有諸義起諸觀故。</u>於寂止處所有眾義依仗於字，謂緣眾義而起觀察名為眾觀。</p>
<p>復是一瑜伽，名一二分定。</p>	<p>名一二分定者，或時但有寂處而無眾觀(止)，或有眾觀而非寂處(觀)，或時俱有，應知即是<u>止觀雙運</u>。</p>
<p>麤重障見障，應知二種定， 能為此對治，作長善方便。</p>	<p>又奢摩他、毘鉢舍那有二種障，謂<u>麤重障及見障</u>，應知二定是此對治，如次應配。(奢摩他vs麤重障、毘鉢舍vs見障)何故此二名長善方便？能長善法之方便故。</p>

## 五、有依\_2.云何令方便法得善清淨耶？

偈 頌	釋 曰
此清淨應知，謂修三種相，寂止策舉捨，隨次第應知。	為答前問，求淨定者修三種相。云何為三？謂 <b>止、舉、捨</b> 。復云何修？隨次第應知。隨其惑障生起之時，應次修習。在於何時？復修何相？且辯策舉相，若心恐沉沒，定者修三相，如下當知。
若心沈恐沒，於妙事起緣	若心沈沒可修 <b>策舉相</b> 。何者是耶？於妙事起緣令心喜為相。
若掉恐舉生，厭背令除滅。	又 <b>寂止相</b> 者，若心掉舉、或恐掉舉應修寂處。此云何？修厭背，令除滅。於所緣境極生厭惡，於自內心令過止息。
遠離於沈掉，其心住於捨，無功任運流，恒修三種相。	<b>捨相</b> 者，謂離沈、掉。於何心中？謂心住捨。此捨相者，即是無功任運流，恒修三種相。
定者修三相，不獨偏修一，為遮沈等失，復為淨其心。	如是次第修三相時，諸習定者得清淨相。又奢摩他 <b>等</b> （毘鉢舍那）即是定者，於此三相不獨修一。何以故？為遮沈等（掉舉）失，復為淨其心。若但修止內心沈沒，既沈沒時便應策舉。若因策舉心掉散者，觀不淨境令生厭離。 <u>於此捨相正修習時，名為正定能盡有漏</u> ，由此遂令心極清淨。

## 五、有依\_3.明清淨之益(四種勝益)

出離并愛樂，正住有堪能，此障惑皆除，定者心清淨。

四種勝益	釋 曰
	此明清淨之益，依《去塵經》說。 佛告諸苾芻：「若人欲求內心淨，時有惑障現前不能除滅……
出離	欲斷除者，先於不善業道勿造大過，息罪惡見，而求出家希求出離。 (出離諸惡)
愛樂	若處中煩惱欲瞋害意，起惡尋思，障勝愛樂，能除此障說愛樂言。 (愛樂善法)
正住	若有微細眷屬尋思、世間尋思、不死尋思(廣說八種惡尋思)障其正住，對治此故說正住言。(知應住而正安住。正安住一得正定)
堪能	若有功用方入定者，此定即非堪任之性。若能除此，顯有堪任能除於惑，說堪能言。(於諸所作而有堪能。勤能=無功用任運轉)

## 六、修定人(果)

## 六、修定人(果)

### ➤ 頌

於此定門中，所說正修習，俗定皆明了，亦知出世定。

### ➤ 釋曰

此頌意顯修習奢摩他、毘鉢舍那者獲現果故。

若人能依所說定相修習之時，得諸世間勝果圓滿及出世果，如前已說。(世間道清淨、出世間道清淨)



# 略說義周

## 結：略說義周(總歸納 - 大義周全)

顯意樂依處，本依及正依，世間定圓滿，并了於出世。

六門	偈頌	釋 曰
		略說義周，為會前事，故說斯頌。
求脫者	意樂	為顯 <b>意樂圓滿</b>
積集	依處	<b>依處圓滿</b> 。此明有心修定，必須依託積集資糧故。(福智二慧資糧)
於住勤修習	本依	顯 <b>本依圓滿</b> 。 如經中說：佛告諸苾芻：「汝等先當依定能盡有漏，是我所說。若欲求出生死海者，離於正定無別方便。」(成就修定的因，故說為本依)
得三圓滿	正依	顯 <b>正依圓滿</b> ，明師資承稟決定可依。 (師資、所緣、作意)
有依	世間定圓 滿，并了 出世間定	此顯 <b>修習圓滿</b> 。(定中修止觀—正修止觀) 諸有智者如前所說，遠離放逸正修行時，世間諸定悉皆圓滿，及出世間咸能證悟， <b>顯得果圓滿</b> 。
修定人		



The background features a light blue gradient with several faint, white circular patterns. On the left side, there is a large, semi-circular scale with numerical markings from 150 to 260 in increments of 10. The numbers are oriented vertically. There are also several smaller, concentric circles scattered across the page, some with arrows pointing inwards or outwards.

# 附錄

## 附錄\_釋禪波羅蜜次第法門 智者大師著

有十種行人。發心修禪不同。多墮在邪僻。不入禪波羅蜜法門。何等為十。

- 一為利養故。發心修禪。多屬發地獄心。
- 二邪偽心生。為名聞稱歎故。發心修禪。多屬發鬼神心。
- 三為眷屬故。發心修禪。多屬發畜生心。
- 四為嫉妬勝他故。發心修禪。多屬發修羅心。
- 五為畏惡道苦報。息諸不善業故。發心修禪。多屬發人心。
- 六為善心安樂故。發心修禪。多屬發六欲天心。
- 七為得勢力自在故。發心修禪。多屬發魔羅心。
- 八為得利智捷疾故。發心修禪。多屬發外道心。
- 九為生梵天處故修禪。此屬發色無色界心。
- 十為度老病死苦疾得涅槃故。發心修禪。此屬發二乘心。

就此十種行人。善惡雖殊。縛脫有異。既並無大悲正觀。發心邪僻。皆墮二邊。不趣中道。若住此心。修行禪定。終不得與禪波羅蜜法門相應。 (回PPT7)

報告完畢 感謝聆聽