

一、解题：佛法实践，通称瑜伽。《显扬论》云：‘依止三摩钵底，发起般若波罗蜜多瑜伽胜行，即此正慧能到彼岸，是大菩提最胜方便，故名瑜伽。’因知瑜伽为正觉之方便，亦即是般若。而三摩钵底（意云等至，定之总名，通于有心无心）则其依止也。定既为佛法实践之所据，其要可不待言矣。稽之历史，佛学部派中，上座部最重定学。由上座派分有化地部，乃至旁及大乘瑜伽行系，对于定学之研究，皆称完备。

而大乘谈定之书，则以无著所传《瑜伽师地论》〈本地分〉中三摩四多地、修所成地、声闻地等为详，余如《显扬》、《庄严》亦有谈及，但最精粹之作则本论也。论有三十七颂，经世亲之诠释，其义益显。昔义净法师留印那烂陀寺，无着之学正盛，所传定学之书，即无著本论与世亲《止观门论颂本》（此论无释）二种也。本论独到处，在于定学教授之说，悉备其中。举要而言，如论初颂所举意乐、依处、本依、正依、修习、得果六门，即概括定学之本末。前四为定之依因，后一为定之效果，第五乃属正宗，专谈定之修习。其于定学，可谓详备矣。而六门中，特详定因，反复诠释，具备自他二方面（意乐门就习定者自身言，余三门通他）。首举意乐，即颂所谓‘求解脱者’，乃定学根本。定由功效分世出世间二种。世间定通于外道，效验不出生死流转，佛法中仅调伏烦恼不令暂起者亦为世间定。永断烦恼乃为出世定，以断三界惑则永出三界也。定之目的在求解脱，真正解脱为寂灭之涅槃（寂灭对烦恼而言），故必先有求解脱意乐作依据，期于出世。由此积集资粮，以至正依圆满，方为定因成就（正依圆满有三，即师资、所缘、作意，前二有待于外，后一则在于内）。又四门中标举住义（即本依义），此谓直心专注。如有究竟意乐者，既得内外圆满，又必直心趣一所缘，然后乃成定因也。复次，通途对于定之次第时有疑难，据教，止观皆属于定，此二者先后次第若何耶？抑一无次第耶？此疑乃由不谙定因而起。本论第三门列举九住之说，所以明未习止观之前，须有住为其因，亦即先有专注，始能修习止观也。此住虽似于止，但以作止观之准备，并非真正止观。是义独

详于本论。若不谙此，直以九住为止，于是止观先后次第，议论纷纷矣。如藏土宗喀巴大师，由其天资之高，用力之勤，深知当时所习定学与旧义未符（宗师生丁元季，西藏定学虽未中绝，而传授已失其真，故不信时说也），爰有《菩提道次第广论》之作，特发挥其先止后观之说，于教有难决处即以理断（论中历评当时藏中传说及中土禅宗），其成就不谓不高，但未全免于臆测耳。无著菩萨于本论中，明说止观生起之前，尚有九种因住一段工夫，绝不可废，故谓为本依。以其属于教授之义，余论所未尝见（如《大论》、《显扬》等未显正教授故，皆隐没此次第），宗师亦不及详，所著《菩提道次第》虽依无著之义发挥，而定学次第论断，但凭理推，先止后观，终难尽恰也。由是本论教授（教授具四义，谓不颠倒、有次第、据教、实证）定学次第，翔实而谈，极为可贵也。复次，关于定之自性（体性），前人亦有疑义，谓定与止观有关，止观又与定慧相涉，定之体性，果何属耶？宗喀巴大师书中，仍据道理，将止观分成二概，以配定慧，谓禅度为止，智度为观。并于其书最后别开二章，取无着《瑜伽》之说以释止，取龙树《中观》之义以释观。一体止观，偏据两家，意存高下，此实由于有理无教之误（龙树、无著之讲止观，各有其一贯之组织，不容割裂）。若勘以本论，可知定因（九住）虽偏属止边，而为定之自体者，则不限于止。如论第五修习门颂云：‘心缘字而住，此是心寂处，说名奢摩他（止）；观彼种种境，名毗钵奢那

（观）。’可知定之自性实合止观而说。所以颂又云：‘复是一瑜伽，名一、二分定’定之自性，有一分二分之别，一分或止或观，二分止观双运。盖令心专注一趣，相续无间，圆满任运，是即为止。若于行相（心之行相）察其条理，是即为观。而此止观相依，则无先后，或由止而观，从一而趣多；或由观而止，遍观而趣一。如是一多无碍，调然自适，即定慧相资，止观双运之境。最后由定发慧，其先所重者加行智，其次为根本、后得。至于方便般若之后得智，则由止观双运得之，为发慧之极致（方便用在利他，有赖于语言文字得其善巧。瑜伽学系之讲瑜伽，特重视此，故弥勒、无著、世亲均注《金刚经》，其经即谈方便般若者也）。宗喀巴大师以禅度配止，智度配观，复划分龙树无著之学，则所谓智，仅限于根本智，是亦违于毗昙

家定慧相资为用之义也（中土禅学标榜般若禅，此乃果位之事，不能骤得。由本论观之，定有因修、正修、果修，禅宗所谓不思善恶，无思惟作意之止，仅属因修工夫，尚未及正修，宁能遽谈果修耶。宗喀巴于此亦有评述）。上举各种疑义，勘之本论，悉得正解。其为定学教授之要籍，又孤传此土，至足珍贵矣（通常教授口耳相传，不形诸楮墨，无着悲心着此，实为例外）。上解题竟。

二、释义：本论以六门教授，乃准据《大论》〈修所成地〉组织之。《大论》就闻思修三地通说学行，均谓之修，但第三地独得修名，乃指定言之。盖依于散心为闻思，依于定心为修。修虽不出闻思，但心定之后，乃能深入体验，而有诸己、备于我，所以《大论》独于修所成地名之为修也。其文分四处七支，详为阐述。‘四处’谓四种区别：（一）修处所，即修之准据。（二）修因缘，即修所依。（三）修瑜伽，即修之随顺相应。（四）修果，即修之成就，出生大用（局部成就，亦谓之果，不必以完全之义限之）。‘七支’谓七种成分：第一生圆满，谓假立有情（即修定人），身心圆满，六根通利（此一支即修准据）。第二听正法（须是正法，且如理闻）。第三涅槃为先。第四解脱慧成熟（此三支即修所依因）。第五修习对治（此支即修瑜伽）。第六世间清净，第七出世清净（此二支即所修果）。本论六门，准此建立，意乐圆满即修处所，依处、本依、正依圆满三门即修因缘，修习圆满即修瑜伽，得果圆满即修果也。组织虽同，而含蕴不无殊异。盖教授之义，不拘拘于经教，尚须参以无倒解说、方法次第，及证诸己之实验等，遂与《大论》同中有异矣。次下六门，循文抉择。首颂总标，列举六门之目。颂曰：

求脱者积集，於住勤修习，得三圆满已，有依、修定人。

此中“求脱者”、“修定人”，皆属假名有情，其实则指心，此义见於《显扬论》说现观处（彼论谓唯心能人现观，非我能人）。如寻究孰求解脱，孰积资粮，孰修毕定，乃至孰成就定，皆不离於心也。本论末後一颂，列六门之名，与此颂所说六门之实相应，相互参照，意始了然。即第一门意乐、第二门依处、第三门本依、第四门正依、第五门修习、第六门得果也。此下三十五颂，分释六门义。初门意乐圆满谓求脱者，凡有四烦云：

於三乘乐脱，名求解脱人，二障全除，斯名为解脱，应知执受识，是二障体性。二种、一切种，由能缚二人，已除烦恼障，习气未断除，此谓声闻乘，余唯佛能断。若彼戒虽无，作仪如有成，是习气前生，若除便异此。

习定意乐在於求解脱，而瑜伽定学大小相共，故此中云三一乘乐脱”也。解脱意谓离障，有情以心为主，是心於所知事不能如理如量，如有缚之者，以致不能充量尽用，是即为障。此有二种，即烦恼、所知。而为障之本源者，则在能持二障之执受识，此即心识深处之赖耶也。二障种习，为赖耶所任持，而後势力难摧，成为吾心之真蔽障。此亦如外种有所依能持之地性，乃得发生作用也。以是，解脱必赖转依，使其不复执持，则种习自归消失。是义仅见本论，实无着世亲学之亲切透澈处，或即所以为教授者也。

又二障中“二种”即烦恼障，“一切种”即所知障，烦恼障能缚声闻乘人，余烦恼习及所知障能缚菩萨乘人。障缚有此差别，由於三乘人用心之量有不同。佛之用心，充类至尽，故一切种、习，皆为之障，皆应除遣。一一乘人但尽一分心量，故除烦恼障缚，而遗余分，以不用处不觉共有缚也。人习气者，二障之余势，二障种子断已，犹存余势，如转轮骤止，犹余旋转。真正解脱即须并此习气尽离之，此唯佛之境界，不可语於三乘人矣。如是解脱意乐为习定之根本，全出於一己深心之感动，列为初门。

第二门依处，谓积集资粮，即修行之所凭藉者。此从素养而来，非旦夕可致，故称积集（所积即修之资粮）。此有二颂，依据经说，略明四义。颂云：

种植诸善根，无疑，除热恼，於法流清净，是名为积集。能持乐听法、善除其二

见、但闻心喜足，是四事应知。

此中四义：一者种植善根，如经所说，先应修习多闻。谓於佛说教义，随顺多闻，能受能持，而生信乐。契会於理，心地朗然，是即植种善根，名为净信，一切善法，由以增长。二者无疑，此由乐闻正法，思得其义，而决定胜解，故无疑二。三者除热恼，诸见（五见）令心旁骛，能恼蔽心，谓之热恼。见中为害最甚者有二，即欲令他知

与自起高慢，诸见及一切名利恭敬之心，皆从此出，即於正法胜解，应尽除之。四者於法流清静，除见犹属消极，对正法洪流，更须积极修学，庶乎心地日明，充量尽用，而底於圆满清静。此须屏除五盖（即贪、瞋、沈眠、掉悔、疑），无住生心，始不以听闻自足，而与理日益相应，渐备资粮之道也。

第三门本依，谓於住勤修习。定之原名曰三摩地，意谓等持，即平等执持此心，安住於境，不令高下之义。由是定之本质为善心一境性。善者，清静无染；真心一境性者，谓心专一於境，能得其实，得境实相，而後用心有当，一切举止，始得向善、向上也。今说定之本依，其性质与修习次第果何似耶？曰：先令心习境而能住，逐渐引生於定。此串习能住，为定之加行。及其成就能住，则得定之近分，所谓外定（谓之外与近分者，别於根本定及安定也）或未至定。解释此门有十六烦，略举七义。初出名目。颂曰：

所缘、及自体、差别、并作意、心乱、住资粮、修定出离果。

云七义者：一所缘，说心住处，即上文所谓境也。定之加行，不能缺境，有境面後有住，纵属无所有处、非非想处，亦有其境，是为习定根本。二自体，心於所缘境，习於安住，即构成定之自体。三差别，有自体即有行相，次第过程不无差别。四作意，乃思慧二心所复合之思惟作用也（慧心所之用，仅能明辨，而不知追求深入，故须有思心所助其造作）。由此可知定不离境，亦不离思，故正定有静虑之名，自异於木石之无知矣。五心乱，作意在求能治之正思，所治所遣，即是乱心。六住资粮，欲摄乱心住境，必藉他力资助，所谓修住资粮也，此以戒为首要。七出离果，修定所趣，以出离为鹄的，即涅槃之异名也。次下十五颂别释七义，初解住之所缘。烦曰：

外上及以内，此三缘所生。

瑜伽说定所缘，无论法行或信行，概以教为准据（通教者依法行，不通教依信行）。《解深密经·分别瑜伽品》，二十六门分别止观，初门亦谓“以法假安立为住”，即用佛所施設安立之教为所缘也。盖心不能无缘虑，但应取准於佛教，以得所知之事

（如般若教云五蕴皆空，即示众生所应可知者）。至於所知之亲切体验，则须经种种步骤，从初修至住定，凡有三种所缘：一外所缘



二上所缘，三内所缘。外所缘者，非真正所知，但藉以驱策此心令向所知，如驱牛羊之就樊篱而已。如是策心就范，與所知相顺，而为其近分，故名外所缘，如不净数息等五停心观皆是。上所缘者，由近分渐次引心入胜，以求上进，故有境界次第（即地）之别，如心缘下地，以为苦粗障，缘上地以为净妙离等是也。由此逐渐上缘，调心驯伏，而达於真正所缘，即第三内所缘也。内指心言，所缘如不外求，而得诸心，则止於“意言所成之相”，即意识分别所生影像也。闻思不离文字名言，至於实践之修乃能亲切体验。如闻思五蕴皆空，仅得概念；至行深般若时，而後切实体验其境地，即意言所成，唯识所现也（内所缘为所知事同分影像；真正所知，以赖耶相分为本质，所谓唯识性。然此不能骤得，必由意言过渡，故《摄论》谓意言为人所知相也）。学定以前，有此三类境加行工夫，而侧重於内所缘，是乃瑜伽切实经验之谈。宗喀巴大师不详此教，将止观分成两概，取《瑜伽》、《庄严》之说以释止，摭龙树之说以释观。不知瑜伽之谈止观，自有其一贯思想，即意言是。龙树立说，未阐斯义，焉能漫无解释遂为之配合乎。又宗师所谓龙树学，实系清辨月称之学，二家一致诽谤无著系唯识之说，而主张外境，又乌能用无著内境止义，而配合余家外境观义耶（真正龙树学仍据内心为人道之门，与无著学不悖，故《广百论》云：识为诸有种，境是识所生，见境无我时，诸有种皆灭，说同《中边》）？又《瑜伽》《庄严》两书之言止，略有出入，《瑜伽》不过略谈，《庄严》详说乃与本论尤近。宗师但就文字纂集，并未辨其差异。即如取《深密》之四种缘境说，對於根本之所知同分影像，不加剋实，即未能得其确诂。凡此，皆有可商量者也。次解住之自体，有三颂半。颂曰：

应知住有三，自体心无乱。第一住相应，定心者能见，於境无移念，相续是明人。第二住相应，厌离心寂静，专意无移念，相续是明人。第三住相应，於前境凝住，定意无移念，相续是明人。

住心之自体即自性，谓於所缘心不散乱，相契脗合，极其至，而成心一境性，此有三类，以三种所缘分别之。“明人”者，假名有情，实指心言。上谓心境契合无乱，今以无移与相续二义释之。无移，谓心於境无异缘，相续谓心境不暂舍，如是缘境周到无遗（即无

余缘)。初住外所缘，名曰见境，即见所缘相。如观不净，令心住彼，随处皆观其相。反之，观净（如穴观经移说）亦然。次住上所缘，名曰专厌。见上地净妙离相，则於下劣境起厌离心，厌之切者其离速，故於下劣一心专厌，即得住於上缘也。三住内所缘，名曰凝定。谓心现之境，无待於外，缘境之心，亦不待他，如是心境自然相契，安住不移。三解差别，心住之经历长远，自有种种相状显现，住心因以差别，今说其义。颂曰：

坚持、及正流、并覆审其意、转得心欢喜、对治品生时、戒生能息除、加行常无

间、能行任运道，不散九应知。

此中差别为九住，乃准据大小乘所共之穴阿含经移而说。烦文但出住相，未列其名。初住（奘译内住），坚持相，谓心驰异缘，未入正轨，必须勉强执持，使之就范。二正念住（奘译等住），即正流相，心已入轨，因势顺流，不令暂断。上二住心，乃相贯之初步工夫也。三覆审住（奘译安住），心正流时，若有异缘间杂乱心，应当覆审牵挽，使归正轨。四後别住（奘译近住），即转得相，谓覆审後复令相续，转求殊胜（译文将殊胜译为差别，盖二字梵文不异而易误解也）。上二住亦复一贯，於心乱後，挽之回复，仍驱向前也。五调柔住（奘译为调伏住），即心喜相，心散即觉，使之四复，如是御心有术，得调伏之用，而生欢喜。六寂静住（奘同），若心染喜乐，则涉烦恼，故又以无著对治，而成寂静。如上二住，同为对治品类，亦属一贯。七降伏住（奘译最极寂静），即忒息相，谓於已生未生重障烦恼，皆能息除，而令心住於最极寂静。八功用住（奘译专注一趣），即加行相，令彼寂心常无间断，一缘而住。以上二住，亦相顺从。九任运住（奘译等持），由串习加行，令心住境，渐次自然，以得定相，名为等引。如是九住，虽状态各殊，然均能於境不散、不异、不离，得为名住。是皆定前之加行，至得等引而後，方堪修习正定止观也（九住偏於止，而为止观之准备工夫，绝不可废。传译三藏中唯《解脱道论》略具其说，今特资以解释。瑜伽学出上座部，得此论，即可追溯上座定学梗概，以及佛之教人习定者为如何）。四解作意，九住心由於作意为之差别。颂曰：

励力、并有隙、有用、并无用，此中一、六、二，四作意应知。

四种作意，同以荷负为性。荷负即是胜任，谓任事而能期其圆满成就也（奘译运转，谓令心循境，渐趣一致，为运转也）。作意即是思惟，有情之所贵於心者在思，思而後能造作。故就体言曰思惟，就用言曰作意。此有四种：一励力荷负作意，谓初心拢戾，须勉强而行，由此爰有九住中之初住坚持相。二有间（颂作有隙）荷负作意，谓心趣境时，虽被余缘间断，而仍前後照应，令心不乱。由此作意，得第二至第七，共六种住相。三有功用荷负作意，谓间断时仍能还住，不碍道之胜进，此赖於功用加行作意，由此有第八功用住相。四无功用荷负作意，谓此心已住正念，任其自然相续无间，与境相契，由此有第九任运住相。此即四种作意差别九住心之义。但推究本源，仍在意乐之不中止，故知作意，又以意乐为先也。五解心乱，有五颂。颂曰：

谓外、内、邪缘、粗重、并作意，此乱心有五，与定者相逢。於彼住心缘，不静外散乱，掉举心味著，内散乱应知，应识邪缘相，谓思亲族等，生二种我执，是名粗重乱，见前境分明，分别观其相，是作意散乱，异斯唯念心。於作意乱中，复有其乱相，於乘及静虑，初二应除遣。

作意所以令心住境，与之一致，若有相逢，即成散乱。故作意之用，要在对治散乱也。颂明五种散乱，谓外、内、邪缘、粗重及作意。若心离应缘之境，旁骛余事，为外散乱。若起掉沈味著，为内散乱。若修定时，寻思乡里亲属等相，为邪缘散乱。若修定者由身心损益，而生我苦我乐分别，则失定力所获之身心轻安，为粗重散乱（苦乐我执，为粗重所从出，因立果名，故名粗重散乱）。若於所缘过分明察，即於事理法尔次第违越、失念，为作意散乱。对治此一散乱，惟有念心，忆前未乱时之状态，散乱即息。故念为定中不可缺者，真正之定，亦即以正念代邪念耳。（念佛法门之念，原为心念，即於正境思惟相续，自成条理，而复明记不忘，是亦止观也。）作意散乱中，又有趣向余乘或余定者，如习菩萨乘者忽乐声闻，学初禅者忽务二禅。前者退失成过；後者升进，可不除遣。此等散乱皆指示正行所对治处，为学必须知之者。大乘法中一部穴般若经移，洋洋数百卷，



教人用功处，亦不外对治十种散动而已。此义既极重要，故本论特详言之。六解住资粮二颂。颂曰：

住戒戒清净，是资粮住处，善护诸根等，四净因应知。正行於境界，与所依相符，於善事勤修，能除诸过失。

戒为定之资粮，住戒而後得定，故习定必先之以戒。是戒专对修定人所特有助力者说，即能为戒清净之因者，凡有四种：一善护诸根，谓根律仪，见闻觉知，皆清净无染，即正行於境也。二饮食知量，饮食乃资助身体长养精神之需，但以能消受为贵，多少分量，应與身心相符顺也。三初後夜警觉，睡眠为昏沈之相，与定相逢，但於中夜行之已足，初後夜分应常警觉，勤修善法。四威仪正念，於行住坐卧四威仪中，正念而住，所谓居处必恭也，如是乃能为精神凝住之助。七解出离果，今於加行定位谈果，乃藉果以明因也。加行趣向，在求出离，故名出离果。颂曰：

最初得作意，次得世间净，更增出世住，三定招三果。

果有三种，依前三类所缘而说。缘外境时，得作意住，即系心正念，而於散乱境出离也。次缘上境，得世间净，虽未出世，然能伏烦恼，即得世间出离果。後缘内境，得出世净，谓缘此境永得出离，必趣於涅槃清净也。

第四门正依。由前三门各种因依，以总说修定之正依，不外佛言“多闻熏习，如理作意”而已。比可用三种圆满具足诠表：一师资圆满，二所缘圆满，三作意圆满。前二皆属於闻，有待师资之“展转传来”。人类之有文化演进，莫不由此而致，故积集先闻，深信前哲，绝不可少。但堪为吾人所禀承者，应上推於佛。佛灭而後，有相续师在，亦可为依，是即三宝中僧宝也。真正师资，应具五德。颂曰：

多闻、及见谛、善说、有慈悲、常生欢喜心，此人堪教定。

此中多闻，谓有所禀承也。见谛，如闻而证悟谛理也。善说，教不倦也。慈悲，无染心也。常生欢喜，是乐说也。佛以治苦为教，导人以喜悦，举止恰悦，真如水流鸟鸣，自然成章。是故为师者，必五德齐备，然後可相续佛教也。能教之人如是，所教之法，亦有简别，比为所缘圆满，其相有三。颂曰：

尽其所有事，如所有而说，善解所知境，斯名善教人。

所教之法，屬於作意境界，故为所知。此由师资而得者，須具三相：一尽量，謂於事物范围，丝毫不遗。二如理，謂於事物条理，井然得当。三明了，謂於所知量理，明白无隐。通途所谓了不了义，即由此判，具三相，乃为了义。合上人法二者以成无倒正闻，更待思惟而致用，故第三为作意圆满。颂曰：

由闻生意言，税为寂灭因，名寂因作意，是谓善圆满。

作意对象，不即文字，亦不离文字，乃由听闻而於心上如实所现之相，所谓意言是也。此种境界，文艺家亦能体会，如周览名山大川，蓄而为胸中邱壑，发而为腕底烟云，固随在而流露於文墨矣。文艺宋事，尚且如此，况人生本则，诳可无显现於吾心者乎——所谓人生本则，即由正闻所生之意言。有此而後得大寂灭，故说为寂灭因（闻之等流果，寂之同类因）。烦恼为心障、心染，若自觉有此障染，而求其净，此清净境界即名寂灭，亦名解脱。正闻意言，为寂灭因，於比意言上思惟，谓之寂因作意。又唯此思惟最为合理，故亦谓之如理作意。得此作意者，为作意圆满。具备三种圆满，定学之依，乃称完善，故谓之正依也。是三圆满，与前三门相应，盖前为准备，今则圆满耳。

释家与译家，對於作意圆满，各有其独到之见解，今略申述之。释家谓作意当以意言为据，而了法无性。法无性，即法无我，为意言所具体示现者。常人辨别事物，总觉其有自性，执为我或我所，而有人我执及法我执。由此苦痛渊薮，一切烦恼随增，人生自此多事矣。故佛教人依法之实，了法无性，以为对治。此於心中易取（现示）无自性法之意言，与涅槃相顺，为烦恼寂灭之因，烦恼息灭，即是解脱。此释家世亲解寂因作意之义也。次辨其名，又有二解：一为一体释（奘译作持业释），谓寂因作意，即寂灭，即作意。以意言本身是无自性法（即因位寂灭），又是其作意故，此合能缘（作意）所缘（寂因）於一心而言之也。二为别句释（奘译作依主释），谓寂因作意，意云寂因之作意，即析所缘能缘为两者，而以作意系屬於寂因也。（梵文解析复合名词方式，有一体释、别句释，前者谓一名虽有二分，而所指者是一事；後者则以所属关系言之。）上皆释家對於寂因作意独到之见解也。其次译家之意，如论中小注云“准如是释，应

云寂因作意，旧云如理作意者，非正翻”即是。译家义净留印十九年（较奘师多二年），正当那烂陀寺极盛时代，所学皆有禀承，故译书於诸名词，多所是正，而极有关於学说。今攷奘译及梵藏文，此名皆作“如理作意”，而净师谓应作“寂因”，果何所据云然耶？勘“如理”一词，梵文作育尼奢 *yonisa*，以瑜 *yu* 字为语根，本有歧议，一为结合，一为从生。译作“如理”者，乃据结合之义，谓与理相合也。译为“寂因”者，乃本从生之义，谓从寂而生也（但梵作文字中，并无理字典寂字之义）。若以世亲之说解之，净师之改译寂因作意，实有深意存焉。盖以如理言，此理（即涅槃与正道）似在心外，而须如其理以作意，此易使人向外追求。今以寂因言，则显示涅槃正道之理悉存於心，从心而生，应在心内。有此心，则有此理，心理相关，是以心之实相得体现一分，实践一分，其理亦即显现一分也。此种心理不二，由心体验之义，自是义净所主张，惜其仅於小注略存绪论，未及阐发也。或者有疑：理系於心者，人各有心，岂非各有其理，究当何从耶？释之曰：心有同然，理无歧异，佛先得我心之所同然者，自当以佛所证验，展转传来为准则。本论依《大论·修所成地》而作，《大论》之解定因，即以涅槃为先，故本论亦有意乐求解（第一门），多闻积集（第二门）、寂因作意（第三门）诸义。所谓涅槃为先者，至少应具三种信念：一信其为实，二信其可能，三信自己亦应如是。凡此皆将涅槃安贴自心而言之。今改译如理作意为“寂因作意”，则此等意义皆可旁通，且瑜伽中观涅槃小乘各家之说，亦莫不相贯。故此一名词之译存，甚有关於学说也。

第五门修习，亦名有依，有者具足之义，谓具足所修学之轨范也。前四门均称为依，乃就所以学者而言。此门则由所学各种因缘，一一具足，而成为修学之规范，尅言其体，即八等至中四静虑也。四静虑亦曰四禅，为印度方言禅那之略称。雅言曰？衍那，译云静虑，意谓寂静而能思虑，所重在虑，而不在寂（静虑犹沈思也）。八等至中惟四禅於虑偏多，故以为具足学依也（四无色定则静多虑少）。初颂曰：

谓寻求意言，此後应细察，意言无即定，静虑相有三。

四禅之区分有二类，一依寻伺而判，二依受而判。初禅，有寻有伺；二禅以上，无寻无伺，二者过渡之中间禅，无寻唯伺。寻、伺，为心境相接时所现之粗细分别相。心初触境辄有粗分别起，是为寻；相继有细分别，是为伺。喻如鸟飞，初振翼时为寻，空中间翔为伺。烦以“意言”为寻伺之性者，应知“意言”一名有二种用法：一、心由阖熏所现之境，此作实字。二、为心对境界之分别，此作虚字（动词）用。今云寻伺意言者，乃依後义也。二禅以上，悉无寻伺，则依身心之受更加区别。二禅中身心之安适较著，名喜。三禅安适渐隐微，名乐。四禅不作喜乐分别，名舍。如是四种静虑，为修定之规范。

又四静虑各有三道（方式），谓一向二往之意）止行、一向观行、止观双运。颂曰：

无异缘无相，心缘字而住，此是心寂处，说名奢摩他。观彼种种境，名毗鉢舍

那。复是一瑜伽，名二一分定。

一向止行者，止之梵语云奢摩他，直译为寂处，即安心之所也。今从其据教之义解之（学定不离於教），谓依教所说，构成无分别影像，止心缘之，不作推求分别，是名无异缘，亦名无相。盖依文字，得其大体义相，心即安住，是谓之止。一向观行者，观之梵语云毗鉢舍那，毗有异、泉、微细之意，鉢舍那为观照，合云观彼种种境也。颂中“彼”字有二义，谓或指止之心相，或指止之境界相（观有依止起与不依止起二种，此处就前者而言）。於此二相，作种种义理推求，成有分别影像。是故观行，乃对止之心相或境相，再加周详观察之谓。常途释此有六方面，即义（义理）、事（事体）、相（相状）、品（品类）、时（一时）、理（道理），随一境相，皆应六种区别，真如儒家所谓致曲之功，审思明辨之用也。复次，由止或观，皆可成四禅定，而触证心一境性。此以何证知耶？曰：身心轻安，无障碍，即是触证心一境性而达定域之徵候（众生有粗重障蔽故不能证）。此以止观随一行之皆得，但必从加行之九住心而得等持为之引导耳。止观双运行者，谓先成就止，次成就观，最後住於任运行舍之状态。此其境界，非有分别影像，亦非无分别影像，而属於事边际，

即佛教人所应知事本质之同分影像（與本质相似故）。若以止观双运为用，进而所作成办，是则止观所显之功德矣。此三类境（有分别、无分别、事边际），分成三道，准之而行，为瑜伽行。瑜伽义谓相应，即與教、理、果均相应也。

复次，由对治障蔽生长善法故，四静虑分为止观二行。颂曰：

粗重障见障，应知二种定，能为此对治，作长善方便。

障分二类：一粗重障，即心相续中种种烦恼，所谓五盖者是。二见障，即因境相所起诸惑。为对治前障故修止，对治後障故修观。去此二障，止观双运，即为真实之定，成办所作，而为增长清静善法之方便也。此净方便，复有三相。颂曰，

此清静应知，谓修三种相，寂止、策举、舍，随次第应知。若心恐沈没，於妙事起缘；真若掉恐举生，厌背令除灭。远离於沈掉，其心住於舍，无功任运流，恒修三种相。定者修三相，不独偏修一，为遮沈等失，复为净其心。

止观之行，由加行等持而起，亦由不失等持而相续，其间保任消息，全在能修三相。一由心偏修止故，於境暗昧，谓之沈没，此时宜修策举相，令心起缘妙事，如观灭道谛法。此乃变易境界之法。或本以无分别影像为境者，易以有分别影像亦得。二若心高举，则应修厌背相，使心沈静，如观苦集谛法。或本以有分别影像为境者，易以无分别影像亦得。三若心不沈不掉，即不应用意，但可无功任运现行，此即是舍。心相清静，乃为正定。此三相，能遮遣沈等过患，使盖障不起以成其净，故止观成就，随应修之，未可偏废。但如人饮水，冷暖自知，唯用功者始克知其实在耳。又止观清静，则得四种胜益。颂曰：

出离、并受乐、正住、有堪能，此障惑皆除，定者心清静。

四胜益者：一出离诸恶，二爱乐善法，三知应住而正安住，四於诸所作而有堪能。堪能者，必无功任运而转，乃为得之。

第六门得果，示所修行功不唐捐，任运寂定，而得现法乐住果也。颂曰：

於此定门中，所说正修习，俗定皆明了，亦知出世定。



若於世出世定相，悉能明了，则果相亦随应圆满。世间定，由八等至逐渐离欲胜进，以为其果。如得初禅定，即离欲界欲；得二禅，则离禅寻伺；次第而上，如应随知。出世定，亲见四谛之理，以为其果。如大乘以定心为依，则入地见道以至成满佛法。苟依教授修学，功必不徒施也。六门释义已竟，末颂出其名义。烦曰：

显意乐、依处、本依、及正依，世间定圆满，并了於出世。

此颂與初颂六门相应，但缺少修习一门。

上讲六门教授，仅得其梗概而已，有如作画，只有轮廓勾勒，至於如何填彩，则有待学者之研寻也。