



智者大師論修禪波羅蜜內方便明止門

智 銘

是，即多少乎，留不而克，即由風雷可燒，蓋了由妙要語苦
 同，以平於精由人可道，潘會書結，各案精果，謝益明
 資此與善相由。

智者大師論修禪波羅蜜內方便明止門，他認為：一切禪定功德，皆因制心息亂而發。故經云：「制之一處，無事不辦。」修止門就是要令行者深切知道安心之本，由淺入深；由粗入細，終而入定。再者，「止」為通門，能通攝於「別」，所以須先明止門，止後入餘禪，則能收「通」益。若先依餘門修，不免有乖違之失。

修習止門須分四方面說明，一是分制止門同不同。二是立止門大意。三是明修止方法。四是辨證止之相。

一、分別止門同不同

分別止門同不同，可以「約行論止」與「約義論止」兩方面說：

約行論止：分繫緣止、制心止、體真止三者。繫緣止，就是繫心鼻柱臍間等處，不令馳蕩。制心止，即心若覺觀，即制令不起。體真止，就是體諸法空，息諸妄慮。

約義論止：分隨緣止、入定止、真性止。隨緣止，隨心起時，悉有三摩提數。涅槃經云：「十大地中定，名為下定。」此時，心念定止，離掉舉等，心不散亂。入定止，就是證得定之時，定法持心，心息止住。真性止，就是因心性之理，常自不動，真性本止。

我持此一審，觀即，凝結長結，蓋了人丁。
 來升精，今天定門，福資大龍大福，由升品，制了更心，叫屬之於，不
 升精，會於中國內學，刻精對精者，亦望平青，由一升學，前精對精華
 資上舉三首，又龍大福，由精，聚靈，中三和，且龍改精蓋，
 回首已難。

要瞭解止門大意，須一、明淺深。二、明對治相破。三、隨樂欲。四、隨機宜。

一、明淺深

行者修定之時，必是由粗而入細，故止有淺、深之不同，例如繫緣止與制心止，是屬於「事」，所定較粗淺。而體真止，是屬於「理」，所定較深細。

二、明對治相破

對治相破，分兩點說明，即以深破淺和迴互相破。以深破淺者即破緣外之散亂心，可用繫緣止。要破繫緣止，可用制心止，但心非色法，照理說，不可繫在鼻柱、臍膈之間，但若欲心靜，仍當息諸攀緣和執著繫相，是以用制心守一之法而止之。而別心守一，仍有作意之患，所以用體真正來破制心止。蓋心無形相，性不可得，怎能制止？若能了心非心，不起妄念，無止之止，方為真止。有止之止，是由所依妄想，不名真止。故用三止對治相破使返本還原。至於迴互相破，行者在修止之時，若見有生，即互取一止對治破之。由行者當時所發覺觀，取能止之一法相破。

三、隨樂欲

有的人樂安心境界，有的人但樂制心，有的人但樂體真。所

以因行者的所樂，即以該法相教，其必歡喜奉行，若樂體真止之行者，教他樂繫緣止，因違反了他的心願，則其心反而不樂了。

四、隨機宜

行者雖各有所樂，但不一定對機。也不一定隨樂。譬如行者樂體真止，但却不能入定，其心散亂，所以宜教以暫習繫心止以繫心守境，就能發禪。故對不對機的行者，應便宜授法。

三、明修正方法

修正方法，仍依修繫緣止、制心止、體真止三者分別說明：

一、修繫緣止

修繫緣止有五法，即繫心頂上、繫心髮際、繫心鼻柱、繫心臍間、繫心地輪。金齒三藏說此為五門禪，但修此五門，仍有發本或不發本之別。如繫心頂上，本為安心，得心易沉昏多睡，如在上安心，久之，會令人浮風。又如繫心髮際，本為骨觀，心則易住，但久則過生，能令情慮顛倒，如繫心鼻柱，易悟無常，是扶本安般的好方法，心靜能發禪定。如繫心臍下，能除象病，或能內見三十六物，發特勝等禪。如繫心地輪，氣隨心下，四大調和，也能扶本修習不淨觀。

二、修制心止

本來心非形色，無有處所，不可以繫之在境，但為克服妄想塵慮，故須制之。如心靜住，就不用制了。所以息諸亂想，即是修制心止。

三、修體真止

修體真止，須以正智慧，體一切陰界入三毒九十八使及十二因緣等三界因果諸法，悉皆空寂。當知，陰入等一切諸法，不從內因有，也不從外緣有，也不是因緣合中計有。但是無明顛倒，妄計為有。若了知顛倒妄計之法，一切悉皆虛空，猶如夢幻，但有名字。而名字法，也不可得。是以，言語道斷，心行處滅，畢竟空寂。

行者能體知一切諸法如虛空，無取無捨，無依無倚，無住無著。若心無取、捨、依、倚、住、著，則一切妄想顛倒，生死業

行，悉皆止息。無為無欲，無念無行，無造無作，無字無說，無諍無競，泯然清淨，如大涅槃，是名真止。此時，止無所止，這無止之止，是名修體真止。

四、辯證止之相

辯證止之相有兩說，有的人主張止無別證，但能為諸禪作前方便，若有所證，即屬餘禪。又有人說，證止不但能通發諸禪，且尚能通發五輪禪，蓋止法但制心一處，故五輪自發。五輪者即地、水、風、金沙、金剛五輪。輪者轉也，能如世輪轉動，由此至彼地，禪輪也是如此，能由下地亂心，漸次向上地轉進，故能得上地禪。

地輪者，有住持不動的意義，並能出生萬物，行者因為止，證得未到地定，此時忽然湛心自覺，身心相空，泯然入定，定法持心不動，故名住持，因其是未到地定，故能出生初禪種種功德，如同世間地，能出生萬物一樣。

冰輪者，有潤漬生長的意義。因其體性柔軟。行者於地輪若能證得水輪三昧，即能發諸禪種種功德，定水潤心，自覺心中善根增長，身心濡軟，折伏高心，心隨善法。

風輪者，有遊空無礙，鼓動萬物及破壞的力量。行者如發風輪三昧，也能如風輪一樣，於禪定中，能發無礙智慧，如風遊空，一切無礙。又能發種種出世善根，功德生長，摧毀一切諸見煩惱。

金沙輪者「金」喻於「真」，「沙」喻於「無著」，行者若發見思真慧，無染無著，從三道果，菩薩並能入三賢十地位中，能破一切塵沙煩惱。

金剛輪者，金剛性堅用利，能摧毀一切諸物。金剛三昧也是如此。不為妄惑所侵，能斷一切結使。而金剛般若，更能破無明細惑，證一切種智。菩薩能於這清淨禪中得大菩提果。

五輪禪中，雖能各有諸妙功德，但若不以「體真」為導引，而行無著熏修，則仍地地中有障礙，若能體真無著，則行者能由初禪轉至極果。故智者將「止門」列為行者修禪的重要法門，若心不止，則雖苦修，也是妄費功夫。