

08_生從何來，死往何去（三）

二〇〇五年五月八日講於馬來西亞麻坡佛教居士林

隨業轉世

我們之所以出生為人，那是因為過去世所造的業力還算是個人，不算畜生，還算是有人的模樣。因此當我們死後的心識看到父母親交合，非常中意，就進去了，投胎為父母親的兒女，開始轉世，這時候的心，叫做結生心或受生心。以人來講，母親懷胎十個月左右就出生了。出生後，我們受到環境、教育的影響，父母親、兄弟、姊妹、朋友的影響。如果父母親、兄弟、姊妹、朋友沒有學佛，沒有告訴我們生死的道理、生死的過程，我們還是照樣的糊裡糊塗。上焉者還不錯，能夠做好人，努力工作，養活自己，還可以做慈善工作，幫助其他的人，因此未來世的福報照樣有。你現在幫助人家一百塊，將來就有一百塊的回收。現在你偷人家一百塊，欠人家一百塊，將來就必須還一百塊。因果是最公平的，是宇宙的秩序，只不過現在種的因，什麼時候會有果出現，不知道而已，因與果是有時間的落差。種子不放在土壤上，或放在土壤上但卻沒有適當的水分、陽光、肥料，是不會發芽。一樣的道理，我們所種下的業因，必須有其他的助緣配合才能發芽、成長、開花、結果，其間有時間的落差。

死後，內心儲藏的業力會驅使我們，去找跟我們有緣、所喜歡的父母親。人是胎生；雞、鴨、鵝、鳥，是卵生；如果是溼生或化生，不必父母親的緣。比如說鬼道眾生不必父母親，因為業力特別強，所以不必父母親的緣，自己內心的業力就可以化生為鬼。地獄眾生也不必父母親，自己業力的因特別強，根本不必靠其他的力量就可以轉世到地獄。如果是做了大善業，將來往生天堂，也不必父母親就可以化生。如果是化生到西方極樂世界，也不必經過胎生、卵生、溼生的痛苦，就直接蓮花化生，非常的清淨。

人生過程的四個階段

如果不了解生死的過程，沒有生死的智慧，沒有修行的話，我們是無明、造業的。死後的心亂七八糟，就隨臨終一念、重業或習氣轉世而去，持續輪迴。生死過程有四個階段。第一個階段是業力的投生中陰，就是結生、受生，心識進入肉體，以人來講，心識進入父母親的精卵子。此後胚胎開始成長，十個月後呱呱墜地，長大，老，病，死，這階段稱為此生身的自然中陰。

凡是有生，必然有滅，生住異滅。生必然會老、會死，因此我們會碰到臨終這個階段。臨終是很痛苦的，稱為臨終的痛苦中陰，等到臨終過程結束，肉體壞掉，地、水、火、風、空五大壞掉，粗心壞掉，細心壞掉時，極細心的明光就自然現前。極細心就是自己的本性、本覺佛性，自性之光在細心分解之後就自然顯現。而後進入光明的法性中陰階段，佛菩薩、佛國淨土和六道的景象一一出現。

生前沒有修行，沒有覺悟成阿羅漢、成佛，臨終的時候又沒有善知識、師父在旁邊幫助，超度我們，經過自己本覺心性之光出現時，也不敢進入那明光卻被嚇昏，又錯失機會，因此就到受生（投生）中陰的階段。受生中陰的階段即完全是自己業力的顯現，換言之，過去經驗什麼就會呈現什麼，過去喜歡什麼、不喜歡什麼，一切統統出現了。

沒有修行的人，就糊裡糊塗，有的貪瞋癡、有的會害怕，因此就找一個自己所喜歡的去處，咻！轉世去了。生死輪迴又持續進行，好像一隻蠶寶寶，從卵孵出來時是很小的，開始拼命吃桑葉，一直吃到長大了開始吐絲，吐絲作繭自縛，到最後化爲蛾，破繭而出，又開始產卵，卵又開始孵出蠶寶寶。輪迴轉世就是如此的過程。

總 結

了解生死的過程，可以知道人生的價值、人生的意義。人生最重要的事情是對自己的生命，對自己的生死過程有所了解。有智慧就能夠生活得快樂，生活得自由自在；死時也能夠毫無牽掛，安詳自在。死後也能夠毫不動搖、毫不散亂，曉得自己要往哪裡去。

想到西方極樂世界去的，生前就要發願，信、願、行具足，阿彌陀佛不會捨棄你，臨終就把你接過去了。

如果是修菩薩道，發願生生世世常行菩薩道，看到有人道的景象出現時就趕快進入，但是人道出現的時候不要跑到沒有佛法的地方，對不對？最好看到柔佛蔴坡趕快進入，出生在蔴坡佛教居士林附近的人家，又可以參加居士林的共修，又可以來聽聞佛法。簡言之，了解生死就是要知道如何活得快樂，如何死得安詳，曉得下一站要到哪裡去，沒有任何的恐懼不安，永遠都在自在安詳之中。

因此生前要多修行、多聽聞佛法、多觀照自己的內心，這就是禪修。禪就是在練習生死的過程，因為禪修的過程就是生和死。剛剛坐下來時，心是散亂的，到了心安定時，就可以見到自性之光，但只是一剎那功夫又開始混亂了。此時提起正念，觀呼吸、數息，又開始專注，心又穩定下來，這就是生死的過程。

睡覺作夢也是生死的過程。現在問問自己，睡覺是不是糊裡糊塗的入睡，莫名其妙的作夢，夢醒又是莫名其妙迷迷糊糊。亦即，如果連睡覺作夢都不了解，怎麼可能明白生死的過程？因此，我們現在要怎麼辦呢？要好好地聽聞佛法，好好地思惟，好好地修睡夢瑜伽和禪定。睡覺之前要念佛，把心安頓下來，告訴自己，我的心要很安詳的進入睡夢之中，在夢中的時候要記得觀想阿彌陀佛出現，碰到討厭的人念阿彌陀佛，碰到喜歡的人也是念阿彌陀佛，內心要清明，醒過來又是念阿彌陀佛，覺悟者就是如此的有智慧、有慈悲。

生是從死來的，死是往生去的。生其實不是真的生，死其實也不是真的死。生死都是無常、無我、緣起、性空的。究竟義來講是不生不死，這是覺悟者所體悟出來的真理。謝謝大家！

解惑篇

問：剛才提到，人瀕臨死亡的時候會看到一條隧道，然後會出現白色的光。請問看到那個光時，是不是要往那個光的方向走？我想要了解。您說一般人看到那個自性之光的時候就被嚇到了，不敢走過去，是不是看到自性之光的時候就要勇敢的走過去呢？謝謝！

答：瀕死經驗是沒有往光那邊跑過去，所以又活過來了。隧道，就是細心分解的第三個階段，白、紅菩提相結合，所以臨終者會意識到一片黑暗，之後細心分解的第四個階段就是死亡明光現前。因為我們生前沒有禪修的經驗，沒有見過自性之光，所以會被嚇到。因此，若你想要覺悟，就是在自己的本性之光出現時不要被嚇到，要融入其中，如此就可以得到開悟。但這並不是在休克或意外事件昏過去，神識離開了肉體時，經過隧道就往光那邊去，否則就真的死掉了。肉體還能夠用的時候要盡量用，除非真的煖、壽、識盡，肉體已經不堪用了，在自性之光出現時，就可以勇敢的進去而開悟。

問：如果是發願要往生極樂世界，平常也有念佛，可是臨終時，沒有人幫他助念，他可以往生嗎？

答：如果淨念相繼，一心不亂，就可以往生。臨終時，若因為 CPR 的急救、或是醫師電擊、拍打胸膛，那時定力不夠，就沒有辦法往生，情況不一。所以重要的是能保持佛號不斷、正念提起、一心不亂，才可以往生極樂世界。

問：如果臨終者平時沒有念佛，臨終有人助念，對他有意義嗎？

答：這個要看臨終者的個性如何？有一些臨終者個性比較隨和，助念，他不會討厭，對他就很有意義，因為這是在安定他的心，同時因他可以接受佛號，接受善知識的開示，就會了解生命的意義、生死的過程，如此助念對他是有意義的。但是臨終者如果個性很孤僻，不喜歡跟人在一起，或對佛教很反感，那麼對他念佛，他會討厭，這樣子就不好。我們大家個性要柔軟一點，像吳林長最好，吳林長這麼健康、快樂，慈悲為懷，幫助社會。晚飯時，他告訴我們，不管處在任何境界，他都非常的安詳自在，他和每一個人都可以做朋友。像這種個性，即使沒有學佛，只要有人助念，就能接受，那時絕對往生西方極樂世界，百分之百有把握。所以諸位心胸要開闊，不要孤僻，不要說這個我喜歡，那個我不喜歡，這樣子你會很痛苦，生前痛苦，死後也是很危險。

問：請問教授，打防腐劑會傷害一個人往生淨土嗎？謝謝！

答：問題關鍵點還是在於能不能夠提起正念，一般來講打防腐劑沒有什麼多大的意義，人最好能夠自然死亡。打防腐劑會不會障礙一個人往生，也是情況不一，往生淨土的關鍵是信、願、行具足，淨念相繼，臨終時一心不亂。

我們死後會往哪裡去有三個決定的力量，第一個最大的決定力量是隨臨終一念。臨終最後那個念頭是什麼，也就是心或神識要離開肉體時想到的是什麼，那時想到的如果是阿彌陀佛，一定去阿彌陀佛的西方極樂世界；想到的如果是張三還欠

我十塊錢，我要要回來，那就糟糕了，一定又回到娑婆世界。所以，臨終一念最重要。第二是隨重業，視生前所造，哪一種業的力量最大，惡的業力量大呢？還是善的業力量大？就會把你帶到惡道或善道。第三是隨習氣，生前即使沒有作很重的惡業或善業，總是有一些習氣，比較好的習氣或比較壞的習氣都會影響投生何處。

請記住！如果想到極樂世界去，臨終一念一定要憶起阿彌陀佛。重點就是生前要多念佛、多行善，行善是功德，可以幫助我們臨終不散亂。好的習氣要養成，凡是居士林辦的弘法活動一定要參加，即使聽不懂也沒有關係，因為會養成好習氣，看到很多師父、善知識，我們就滿心歡喜。習氣一養成，都會幫助我們死後往生有佛法的地方。

問：為什麼碰到討厭的人要念阿彌陀佛，碰到喜歡的人也要念阿彌陀佛？

答：阿彌陀佛的意思是無量光、無量壽。無量光的意思就是智慧無量、光芒無量；無量壽的意思就是健康、長命。碰到喜歡的人，念一聲阿彌陀佛，也就是祝福他有無量的智慧，祝福他健康長命。碰到了討厭的人，不要生起瞋恨心，也要念一聲阿彌陀佛，希望他從此有無量的智慧，能夠身心健康快樂。最重要的是我們自己死後，若想要到阿彌陀佛那邊去；生前能夠養成念佛的習慣，又廣結善緣，善根福德因緣具足，臨終時就能夠很容易生起阿彌陀佛的念頭，往生到極樂世界去。

問：一個人如果發願往生極樂世界，臨終時會不會看到自性之光？

答：這有兩種可能性。第一種可能，如果生前念佛很精進，淨念相繼，一斷氣，阿彌陀佛立刻就出現，接引到西方世界了，那時根本不會經過細心分解的過程，在自性之光顯現之前就去了。第二種可能是斷氣時心稍微散亂，但也沒有下墮到地獄、餓鬼道去，（去地獄、餓鬼道，大部分的情況是一斷氣，因惡業重就立刻下去了。）因最後一念沒有提起阿彌陀佛，就沒有辦法立刻往生西方極樂世界，而會經過細心分解的過程，那時會有自性之光顯現。如果自性之光顯現時，曉得融入，也可以立刻開悟，不必到極樂世界去。

但一般的情況是修行的經驗不夠，而自性之光太強烈了，從來沒有見過，因此就會被嚇昏過去。心醒過來後離開肉體，五方佛及其眷屬逐一出現，首先是中央毘盧遮那佛，其次是東方阿閼佛、南方寶生佛，之後就是阿彌陀佛出現，如果是阿彌陀佛出現，你知道是阿彌陀佛，有印象，喜歡去，就可以跟著阿彌陀佛去。不然的話，北方不空成就佛出現。如果五方佛出現，而你喪失機會沒有跟著去；卻喜歡娑婆世界，在六道的景象出現時，就會隨著自己的重業習氣而投生到六道。因此答案就是，有的可能會經過自性之光，有的不必，一斷氣，心離開肉體就立刻往生到淨土或下三道。

問：請以佛教的角度來談論安樂死。

答：安樂死（*euthanasia*）來自希臘文，它是兩個字合成的。一個是 *eu*，*easy* 的意思，是容易或安詳；第二個字 *thanasia* 是死亡。換言之，安樂死本來的意思叫做安詳的死亡。古時候沒有安樂死的問題，只不過現代醫學發達了，很多腦死的或是心跳停止的，會用侵入式、干預式的醫療方法來維持生命，使得古時候應

該早就死亡的，現在卻不會死。

其實死亡並不安樂，死亡一定會經過器官意識分解的過程。在分解的過程中，如果不是修行者，就會有很多的執著，放不下。放不下親人、愛人，放不下財產、金錢，生前所擁有的一切都放不下。所以死亡絕對是不安樂的，尤其是植物人。以佛教的角度來看，生命就是希望，當然其他宗教也是一樣，譬如羅馬天主教廷堅決反對安樂死。佛教尊重生命，也不能夠接受安樂死。因為即使是植物人，他的第六意識可能還是存在，雖然不能講、不能聽、不能看，但是第六意識還可能會思惟，尤其阿賴耶識永遠都在。如果此時有人很耐心的，尤其親人能夠很耐心的念佛，迴向給他，或是跟他開示，講講佛法。雖然他不能夠反應，但是他還是可以意識得到，亦即還可以覺知有人對他講人生的道理，請他接受一切皆是業力、因果，一切皆是過去、現在、未來不斷的輪迴。最重要的是了解人生的真相，能夠有智慧、有慈悲，一切的遭遇都是自己業力所感，要坦然的接受，不要有瞋恨心。親友在旁邊為他助念、念佛，迴向給他，或是開示佛法，對他而言，至少可以種下菩提種子，將來有一天菩提種子會發芽。

簡單來講，所有宗教都不能夠接受安樂死。佛教最希望的是什麼？我們每一個人都要準備隨時死亡，這是最重要的。即使我現在碰到意外，即使我下一秒鐘就要死，我都能夠自在，都能夠解脫，這才是重要的。讓我們互相勉勵，好好修行！問：教授提到禪修非常重要，如果我們是修念佛法門的，請問我們每天是不是也要撥一些時間禪修呢？第二個問題是，剛才鄭教授提到，您很清楚下一站要去哪裡，可否清楚的告訴我們下一次您會不會來麻坡？

答：我知道今天晚上等一下就要往巴株巴轄那邊去，明天早上我要去爬山，明天下午就到新加坡，搭五點十分的飛機回台灣。嚴老師就好像阿彌陀佛一樣在召喚我，一切都是因緣，因緣具足了，我很快就會回來，謝謝！謝謝大家！

嚴老師剛剛提到念佛的人，每天是不是還要禪定、禪修？我的建議，還是需要。因為禪修很重要，禪修可以讓自己很清楚的知道起心動念，非常重要。禪修功夫夠了，是有助於念佛的。

永明延壽禪師「禪淨四料簡」說：「有禪無淨土，十人九蹉路，陰境若現前，瞥爾隨他去。無禪有淨土，萬修萬人去，但得見彌陀，何愁不開悟。有禪有淨土，猶如帶角虎，現世為人師，來生作佛祖。無禪無淨土，鐵床並銅柱，萬劫與千生，沒個人依怙。」禪、淨是可以雙修的，而且禪、淨雙修，猶如帶角虎。老虎是不是很威猛！老虎是百獸之王。修禪像老虎一樣是百獸之王，加上念佛修淨土，禪淨雙修猶如帶角虎。老虎已經很威猛了，又有了角，力量會更強。

問：自殺的人是不是有習氣，會一再的自殺？

答：對，因為自殺的人都有自殺的習氣，那種習氣已經養成了，心都不開朗，最可惜的是沒有聽聞佛法，如果能夠聽聞佛法的話，就會了解自己的內心，了解自己情緒的起伏，了解自己該怎麼辦，該怎麼修行。但是一般人都沒有修行，自殺的習氣一養成，每一世都會繼續自殺，而且自殺的下場都不好，往往都到惡道，真是可憐，我們應該要多多發心修行，迴向給廣大的眾生。

問：鄭教授，聽了您的開示，以後我們要修行了。有一個小女孩從小就修行，她會唸大悲咒，她才十五歲，最近走上絕路，從樓上跳下來，父母完全不了解她為什麼會跳樓。

答：這位小孩子小時候就已經知道修行，來到十五歲而走上自絕之路，因緣甚深甚難解，唯佛知之。

三世因果，過去世、現在世、未來世。過去世有無窮的過去世，多少世的因因果果一直累積到這一世，因為我們的心能量非常大，可以將過去無始以來的生命經驗、善業、惡業統統累積起來，所以這一世是因為前世有修行的業力、清淨力，因此小時候就知道修行，這很好，一直修行就有善的因緣。來到十五歲突然想不開，也許是過去世某一個自殺的念頭，或某一個憂鬱的念頭種子在那一刻突然跑出來，而且力量非常大，大到失掉正念，大過於這一世修行的力量，因此就走上自絕之路。

很可惜！不過因為她從小到十五歲還有修行，菩提種子還是在的，雖然自殺會到比較不好的地方，但菩提種子總是會有發芽的一天。無論如何，修行一定要精進，一定要六波羅密，要精進波羅密，要禪定波羅密，還要般若波羅密。

問：剛才提到的那個小女孩，情緒一爆炸就走上絕路，這會造成父母親的擔心，應該如何克服這個問題？

答：父母親、家人都聽聞佛法、多修行，也就是隨時都要保持正念，隨時都能夠觀察到週遭的親友、眾生，都能夠很清楚，有智慧、慈悲去接受一切情境，就能做最好的處理。為什麼這個小女孩情緒一爆炸就走上自絕之路呢？可能家人正念不夠，沒有發覺到這小女孩情緒已經不穩了，因為一個人的情緒一爆炸，不可能就立刻跳樓的，一定有些徵兆可以發現。換言之，我們要多修禪定，修禪定後，週遭的氣氛、情況就可以很敏銳的覺察，就可以做一些預防的動作，以愛心、慈悲心對待兒女及一切眾生，才不會造成大家的情緒壓力。如果自殺的不幸事件發生了，也不要懊惱、後悔、自責或擔心，要以智慧觀照萬法皆不離因果，過去的因緣形成現在的果，現在的因緣形成未來的果。如果希望未來有好的果，現在就要有好的因緣，讓我們一起把握現在，好好修行。（全文完）